

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-11 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,) Szyńka 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 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,)	
	III 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, OZ, SOJ,) Kluski ziemniaczane 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Kapusta biała zasmażana 130g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Jabłko 130g 130 g	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) 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, OZ, SOJ,) Makaron gotowany 200g 200 g (1, 2, 4,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Ser biały 100g 100 g (4,)	Zupa jarzynowa 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Makaron gotowy 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, OZ, SOJ,) Makaron gotowy 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, OZ, SOJ,) Makaron gotowy 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					Owoc 1 szt 130 g	Owoc 1 szt 130 g
	Kolacja	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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 10g 10 g					
		Wart. energ: 2553.91 kcal; Białko og: 87.14 g; Tłuszcz: 71.10 g; Węgl. og: 413.05 g; w tym cuk.: 74.37 g; kw.tł.nasyc: 30.81 g; Błonnik: 43.69 g; Sól: 20.05 g; Sód: 7906.54 mg;			Wart. energ: 2183.80 kcal; Białko og: 85.73 g; Tłuszcz: 74.28 g; Węgl. og: 303.75 g; w tym cuk.: 61.06 g; kw.tł.nasyc: 38.43 g; Błonnik: 20.84 g; Sól: 17.46 g; Sód: 6875.36 mg;		
	Wart. energ: 2191.74 kcal; Białko og: 85.97 g; Tłuszcz: 63.76 g; Węgl. og: 331.46 g; w tym cuk.: 59.02 g; kw.tł.nasyc: 33.50 g; Błonnik: 25.31 g; Sól: 12.78 g; Sód: 5118.43 mg;			Wart. energ: 2141.49 kcal; Białko og: 92.56 g; Tłuszcz: 75.60 g; Węgl. og: 287.66 g; w tym cuk.: 44.45 g; kw.tł.nasyc: 40.17 g; Błonnik: 30.46 g; Sól: 17.37 g; Sód: 6944.87 mg;			
	Wart. energ: 2279.44 kcal; Białko og: 90.34 g; Tłuszcz: 68.63 g; Węgl. og: 337.99 g; w tym cuk.: 63.22 g; kw.tł.nasyc: 35.62 g; Błonnik: 25.31 g; Sól: 17.35 g; Sód: 6945.13 mg;			Wart. energ: 2310.33 kcal; Białko og: 90.03 g; Tłuszcz: 67.63 g; Węgl. og: 348.27 g; w tym cuk.: 70.11 g; kw.tł.nasyc: 35.00 g; Błonnik: 25.91 g; Sól: 17.32 g; Sód: 6930.87 mg;			

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-12 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza manna na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12,) 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	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,) 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	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 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	
	II ŚN				Pieczywo chrupkie 10g 10 g Serek śmietankowy 60g 60 g (4,)	Ser biały 50g 50 g (4,)	Ciasto drożdżowe 50 g 50 g (1, 2, 4, 12, OZ,)
	Obiad	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z piersi kurczaka 90g gotowany 70 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 Sos pieczarkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z piersi kurczaka 90g gotowany 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Sos pieczarkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa makaronowa 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Filet z piersi kurczaka 90g gotowany 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,) Sos biały 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z piersi kurczaka 90g gotowany 70 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 Sos pieczarkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z piersi kurczaka 90g gotowany 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4,) Sos pieczarkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa barszcz biały z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Filet z piersi kurczaka 90g gotowany 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Sos pieczarkowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)
	PD				Owoc 1 szt 130 g		Owoc 1 szt 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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)	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,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)	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,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)	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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)	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,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)	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,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,) Ketchup 20g 20 g (1, 5, 6, 9,)
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g			Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2267.88 kcal; Białko og: 94.08 g; Tłuszcz: 74.06 g; Węgl. og: 320.56 g; w tym cuk.: 66.83 g; kw.tł.nasyc: 33.17 g; Błonnik: 28.16 g; Sól: 17.11 g; Sód: 6743.14 mg;	Wart. energ: 2263.48 kcal; Białko og: 93.72 g; Tłuszcz: 74.03 g; Węgl. og: 319.90 g; w tym cuk.: 66.93 g; kw.tł.nasyc: 33.15 g; Błonnik: 28.05 g; Sól: 16.23 g; Sód: 6392.04 mg;	Wart. energ: 2284.54 kcal; Białko og: 95.19 g; Tłuszcz: 58.14 g; Węgl. og: 362.22 g; w tym cuk.: 55.70 g; kw.tł.nasyc: 27.82 g; Błonnik: 33.65 g; Sól: 16.98 g; Sód: 6805.43 mg;	Wart. energ: 2305.47 kcal; Białko og: 108.71 g; Tłuszcz: 74.02 g; Węgl. og: 321.68 g; w tym cuk.: 62.03 g; kw.tł.nasyc: 33.64 g; Błonnik: 42.12 g; Sól: 16.62 g; Sód: 6652.65 mg;	Wart. energ: 2316.84 kcal; Białko og: 103.95 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węgl. og: 342.88 g; w tym cuk.: 57.22 g; kw.tł.nasyc: 31.21 g; Błonnik: 32.88 g; Sól: 17.04 g; Sód: 6827.96 mg;	Wart. energ: 2478.51 kcal; Białko og: 94.99 g; Tłuszcz: 68.90 g; Węgl. og: 387.60 g; w tym cuk.: 81.84 g; kw.tł.nasyc: 29.77 g; Błonnik: 35.87 g; Sól: 16.03 g; Sód: 6425.65 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-13 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,) Salata 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,) 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,) 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,)	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
	II ŚN				Sok pomidorowy 200ml 200 ml (9,) Suchary bezcukrowe 20g 20 g		
	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,) 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, 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,) 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, 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) Salata 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,) 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: 2375.71 kcal; Białko og: 95.52 g; Tłuszcz: 82.29 g; Węgl. og: 327.20 g; w tym cuk.: 60.08 g; kw.tł.nasyc: 38.06 g; Błonnik: 27.65 g; Sól: 15.89 g; Sód: 6248.09 mg;	Wart. energ: 2277.69 kcal; Białko og: 90.79 g; Tłuszcz: 72.89 g; Węgl. og: 329.20 g; w tym cuk.: 61.01 g; kw.tł.nasyc: 35.51 g; Błonnik: 28.91 g; Sól: 16.75 g; Sód: 6591.76 mg;	Wart. energ: 2323.24 kcal; Białko og: 91.21 g; Tłuszcz: 64.63 g; Węgl. og: 361.12 g; w tym cuk.: 59.23 g; kw.tł.nasyc: 31.14 g; Błonnik: 33.57 g; Sól: 15.78 g; Sód: 6319.70 mg;	Wart. energ: 2397.74 kcal; Białko og: 100.82 g; Tłuszcz: 76.85 g; Węgl. og: 346.52 g; w tym cuk.: 58.67 g; kw.tł.nasyc: 39.96 g; Błonnik: 43.94 g; Sól: 17.77 g; Sód: 7109.85 mg;	Wart. energ: 2464.33 kcal; Białko og: 97.85 g; Tłuszcz: 78.74 g; Węgl. og: 357.84 g; w tym cuk.: 59.47 g; kw.tł.nasyc: 39.58 g; Błonnik: 33.38 g; Sól: 17.53 g; Sód: 7019.03 mg;	Wart. energ: 2440.32 kcal; Białko og: 90.14 g; Tłuszcz: 64.41 g; Węgl. og: 393.93 g; w tym cuk.: 76.17 g; kw.tł.nasyc: 30.45 g; Błonnik: 38.00 g; Sól: 16.42 g; Sód: 6568.77 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4) Jajko 1sz/50g 100 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) Majonez 20g 20 g (2, 4, 6,)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4) Jajko 1sz/50g 100 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	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4) 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) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Jajko 1sz/50g 100 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)	Ryż na mleku 350ml 350 ml (1, 4) Jajko 1sz/50g 100 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	
	II i ŚN				Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Jogurt owocowy 1szt 1 szt (4, 8,)	
	Obiad	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa barszcz ukraiński 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,)	
	PD				Owoc 1 szt 130 g	Owoc 1 szt 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: 2562.07 kcal; Białko og: 93.64 g; Tłuszcz: 88.21 g; Węgl. og: 365.62 g; w tym cuk.: 97.35 g; kw.tł.nasyc: 32.15 g; Błonnik: 34.48 g; Sól: 23.26 g; Sód: 9190.59 mg;	Wart. energ: 2317.80 kcal; Białko og: 86.66 g; Tłuszcz: 71.29 g; Węgl. og: 346.64 g; w tym cuk.: 91.14 g; kw.tł.nasyc: 30.62 g; Błonnik: 28.40 g; Sól: 22.66 g; Sód: 8955.00 mg;	Wart. energ: 2402.94 kcal; Białko og: 96.01 g; Tłuszcz: 59.52 g; Węgl. og: 387.41 g; w tym cuk.: 102.00 g; kw.tł.nasyc: 26.52 g; Błonnik: 32.87 g; Sól: 12.98 g; Sód: 5204.67 mg;	Wart. energ: 2584.07 kcal; Białko og: 109.68 g; Tłuszcz: 77.34 g; Węgl. og: 387.70 g; w tym cuk.: 65.09 g; kw.tł.nasyc: 34.32 g; Błonnik: 52.58 g; Sól: 26.16 g; Sód: 10459.49 mg;	Wart. energ: 2413.44 kcal; Białko og: 91.27 g; Tłuszcz: 65.64 g; Węgl. og: 380.88 g; w tym cuk.: 93.30 g; kw.tł.nasyc: 27.81 g; Błonnik: 32.87 g; Sól: 22.55 g; Sód: 9024.77 mg;	Wart. energ: 2448.33 kcal; Białko og: 87.78 g; Tłuszcz: 63.66 g; Węgl. og: 398.69 g; w tym cuk.: 107.30 g; kw.tł.nasyc: 26.36 g; Błonnik: 35.77 g; Sól: 22.41 g; Sód: 8966.11 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna	
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4,) Półdewica 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,)	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4,) Półdewica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4,) Półdewica 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	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,) Półdewica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kasza jaglana na mleku 350ml 350 ml (4,) Półdewica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g		
	II ŚN					Kefir 200g 200 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 kalafiorowa z makaronem 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,) Sałata szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 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,)	Zupa makaronow a 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,)	Zupa kalafiorowa z makaronem 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,) Sałata szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g	Zupa kalafiorowa z makaronem 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,)		
	PD					Owoc 1 szt 130 g		Owoc 1 szt 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,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kiełbasa 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	Kiełbasa krakowska 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Ser 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,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Kiełbasa 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		
	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	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,)		Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)			
		Wart. energ: 2258.13 kcal; Białko og: 96.67 g; Tłuszcz: 73.04 g; Węgl. og: 317.36 g; w tym cuk.: 55.78 g; kw.tł.nasyc: 35.37 g; Błonnik: 27.41 g; Sól: 17.45 g; Sód: 6879.78 mg;	Wart. energ: 2326.61 kcal; Białko og: 105.17 g; Tłuszcz: 75.41 g; Węgl. og: 322.76 g; w tym cuk.: 56.32 g; kw.tł.nasyc: 35.06 g; Błonnik: 31.15 g; Sól: 17.16 g; Sód: 6760.25 mg;	Wart. energ: 2434.43 kcal; Białko og: 106.61 g; Tłuszcz: 65.99 g; Węgl. og: 371.99 g; w tym cuk.: 54.05 g; kw.tł.nasyc: 29.97 g; Błonnik: 36.48 g; Sól: 16.87 g; Sód: 6761.79 mg;	Wart. energ: 2450.42 kcal; Białko og: 106.36 g; Tłuszcz: 71.88 g; Węgl. og: 365.52 g; w tym cuk.: 49.13 g; kw.tł.nasyc: 34.13 g; Błonnik: 44.29 g; Sól: 17.41 g; Sód: 6970.39 mg;	Wart. energ: 2539.25 kcal; Białko og: 110.33 g; Tłuszcz: 68.71 g; Węgl. og: 389.60 g; w tym cuk.: 54.38 g; kw.tł.nasyc: 31.19 g; Błonnik: 38.67 g; Sól: 17.52 g; Sód: 7018.52 mg;	Wart. energ: 2411.39 kcal; Białko og: 102.89 g; Tłuszcz: 66.28 g; Węgl. og: 369.86 g; w tym cuk.: 66.98 g; kw.tł.nasyc: 29.92 g; Błonnik: 38.22 g; Sól: 16.80 g; Sód: 6724.36 mg;	

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyńka 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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyńka 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,) Szyńka 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	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,) Szyńka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyńka 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	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
	IIł ŚN						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,) Kalańor gotowany 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,) 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	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,) Kalańor gotowany 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,) 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,) Kalańor gotowany 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,) 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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	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,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)
	PD						Owoc 1 szt 130 g
	Kolacja	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,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Ogórek kiszony 50g 50 g Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Cwikla z chrzanem 20g 20 g	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	Kielbasa krakowska 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	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,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g
	PN						Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)
		Wart. energ: 2210.31 kcal; Białko og: 89.05 g; Tłuszcz: 77.84 g; Węgl. og: 290.81 g; w tym cuk.: 50.50 g; kw.tł.nasyc: 34.57 g; Błonnik: 23.63 g; Sól: 13.77 g; Sód: 5290.77 mg;	Wart. energ: 2127.23 kcal; Białko og: 100.84 g; Tłuszcz: 66.35 g; Węgl. og: 296.01 g; w tym cuk.: 54.95 g; kw.tł.nasyc: 32.01 g; Błonnik: 28.07 g; Sól: 15.25 g; Sód: 6001.23 mg;	Wart. energ: 2162.87 kcal; Białko og: 101.15 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węgl. og: 324.05 g; w tym cuk.: 52.91 g; kw.tł.nasyc: 28.01 g; Błonnik: 32.54 g; Sól: 14.98 g; Sód: 6008.00 mg;	Wart. energ: 2288.28 kcal; Białko og: 103.63 g; Tłuszcz: 79.76 g; Węgl. og: 307.02 g; w tym cuk.: 56.16 g; kw.tł.nasyc: 42.05 g; Błonnik: 37.37 g; Sól: 15.57 g; Sód: 6234.17 mg;	Wart. energ: 2234.48 kcal; Białko og: 101.18 g; Tłuszcz: 58.70 g; Węgl. og: 341.95 g; w tym cuk.: 66.46 g; kw.tł.nasyc: 28.01 g; Błonnik: 32.56 g; Sól: 15.01 g; Sód: 6020.04 mg;	Wart. energ: 2268.37 kcal; Białko og: 98.29 g; Tłuszcz: 57.22 g; Węgl. og: 357.76 g; w tym cuk.: 79.16 g; kw.tł.nasyc: 26.87 g; Błonnik: 35.16 g; Sól: 14.91 g; Sód: 5977.38 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-17 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,) 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,) 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,) 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 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g
	II ŚN				Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt		Chipsy jabłkowe 1 szt 1 g
	Obiad	Zupa krupnik 350 ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Szyńka w p 70g pieczona/sos 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Mięta 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kapusty pekińskiej 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,) Szyńka wp 70g gotowana/sos 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Szyńka w p 70g gotowana/sos 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Mięta b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kapusty pekińskiej 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,) Szyńka w p 70g gotowana/sos 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Mięta b/cukru 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ,) Surówka z kapusty pekińskiej 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,) Szyńka wp 70g gotowana/sos 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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 Hummus 1/2 szt 0,5 szt 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 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,) Sałata 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,) Sałata 10g 10 g Hummus 1/2 szt 0,5 szt 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 Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Poledwica sopocka 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			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: 2172.65 kcal; Białko og: 90.35 g; Tłuszcz: 60.63 g; Węgl. og: 330.83 g; w tym cuk.: 66.96 g; kw.tł.nasyc: 29.38 g; Błonnik: 29.06 g; Sól: 17.99 g; Sód: 7092.24 mg;	Wart. energ: 2186.94 kcal; Białko og: 98.66 g; Tłuszcz: 56.17 g; Węgl. og: 338.03 g; w tym cuk.: 67.51 g; kw.tł.nasyc: 30.21 g; Błonnik: 32.28 g; Sól: 18.64 g; Sód: 7350.28 mg;	Wart. energ: 2222.58 kcal; Białko og: 98.97 g; Tłuszcz: 48.52 g; Węgl. og: 366.07 g; w tym cuk.: 65.47 g; kw.tł.nasyc: 26.21 g; Błonnik: 36.75 g; Sól: 18.37 g; Sód: 7357.05 mg;	Wart. energ: 2147.92 kcal; Białko og: 106.21 g; Tłuszcz: 59.94 g; Węgl. og: 315.00 g; w tym cuk.: 53.06 g; kw.tł.nasyc: 29.56 g; Błonnik: 39.66 g; Sól: 17.73 g; Sód: 6986.80 mg;	Wart. energ: 2354.58 kcal; Białko og: 117.67 g; Tłuszcz: 53.22 g; Węgl. og: 369.77 g; w tym cuk.: 68.67 g; kw.tł.nasyc: 29.00 g; Błonnik: 36.75 g; Sól: 18.48 g; Sód: 7401.05 mg;	Wart. energ: 2512.47 kcal; Białko og: 98.18 g; Tłuszcz: 49.14 g; Węgl. og: 444.18 g; w tym cuk.: 94.17 g; kw.tł.nasyc: 25.28 g; Błonnik: 49.65 g; Sól: 18.30 g; Sód: 7324.39 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-18 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,) Salata 10g 10 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,) Szyńka 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 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,) Salata 10g 10 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,)	
	IIł 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,) Leczo 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Bułka 90g 1 szt (1, 2, 4, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	Zupa koperkowa z makaronem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Risotto mięsno-warzywne 300g 300 g (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Sos pomidorowy 150ml 150 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,)	
	PD				Owoc 1 szt 130 g		Owoc 1 szt 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	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: 2084.63 kcal; Białko og: 81.69 g; Tłuszcz: 67.99 g; Węgl. og: 297.32 g; w tym cuk.: 51.90 g; kw.tł.nasyc: 29.28 g; Błonnik: 21.00 g; Sól: 19.74 g; Sód: 7785.19 mg;	Wart. energ: 2044.10 kcal; Białko og: 79.52 g; Tłuszcz: 61.43 g; Węgl. og: 304.70 g; w tym cuk.: 48.38 g; kw.tł.nasyc: 31.13 g; Błonnik: 22.05 g; Sól: 21.01 g; Sód: 8294.05 mg;	Wart. energ: 2052.04 kcal; Białko og: 79.76 g; Tłuszcz: 50.91 g; Węgl. og: 332.41 g; w tym cuk.: 46.34 g; kw.tł.nasyc: 26.20 g; Błonnik: 26.52 g; Sól: 16.33 g; Sód: 6537.12 mg;	Wart. energ: 2061.39 kcal; Białko og: 86.66 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węgl. og: 303.18 g; w tym cuk.: 43.73 g; kw.tł.nasyc: 32.90 g; Błonnik: 34.16 g; Sól: 20.92 g; Sód: 8361.06 mg;	Wart. energ: 2139.74 kcal; Białko og: 84.13 g; Tłuszcz: 55.78 g; Węgl. og: 338.94 g; w tym cuk.: 50.54 g; kw.tł.nasyc: 28.32 g; Błonnik: 26.52 g; Sól: 20.90 g; Sód: 8363.82 mg;	Wart. energ: 2235.63 kcal; Białko og: 84.34 g; Tłuszcz: 55.30 g; Węgl. og: 364.95 g; w tym cuk.: 70.04 g; kw.tł.nasyc: 27.75 g; Błonnik: 29.72 g; Sól: 20.88 g; Sód: 8352.16 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-19 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,) Ogórek kiszony 50g 50 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,) Ogórek kiszony 50g 50 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				Wafle pełnoziarniste 30g 30 g Pasztet sojowy 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 kiszanej 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,) 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 ryżanka 350ml 350 g (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 pomidorowa z ryżem 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) 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 kiszanej 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,) 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				Owoc 1 szt 130 g		Owoc 1 szt 130 g
	Kolacja	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,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	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,) 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 kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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 kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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 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 kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (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 topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)		
		Wart. energ: 2276.70 kcal; Białko og: 99.08 g; Tłuszcz: 79.02 g; Węgl. og: 304.20 g; w tym cuk.: 52.46 g; kw.tł.nasyc: 33.84 g; Błonnik: 24.14 g; Sól: 14.65 g; Sód: 5758.55 mg;	Wart. energ: 2181.41 kcal; Białko og: 100.32 g; Tłuszcz: 65.12 g; Węgl. og: 312.95 g; w tym cuk.: 58.03 g; kw.tł.nasyc: 34.25 g; Błonnik: 28.62 g; Sól: 14.86 g; Sód: 5847.09 mg;	Wart. energ: 2150.57 kcal; Białko og: 97.89 g; Tłuszcz: 55.22 g; Węgl. og: 331.46 g; w tym cuk.: 53.60 g; kw.tł.nasyc: 29.08 g; Błonnik: 31.65 g; Sól: 15.44 g; Sód: 6193.74 mg;	Wart. energ: 2175.27 kcal; Białko og: 101.10 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węgl. og: 297.40 g; w tym cuk.: 45.94 g; kw.tł.nasyc: 36.96 g; Błonnik: 38.82 g; Sól: 15.25 g; Sód: 6109.22 mg;	Wart. energ: 2283.05 kcal; Białko og: 109.98 g; Tłuszcz: 59.82 g; Węgl. og: 342.84 g; w tym cuk.: 57.59 g; kw.tł.nasyc: 31.65 g; Błonnik: 33.09 g; Sól: 14.65 g; Sód: 5875.86 mg;	Wart. energ: 2250.94 kcal; Białko og: 97.74 g; Tłuszcz: 55.99 g; Węgl. og: 356.80 g; w tym cuk.: 68.69 g; kw.tł.nasyc: 29.11 g; Błonnik: 35.69 g; Sól: 14.49 g; Sód: 5811.20 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Z ogr. łatw przyswaj. węglowodanów	Bogatobiałkowa	Dziecięca łatwostrawna
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pasta z makreli 90g 90 g (2, 3, 4, 6, SKO,) 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,) Szyńka 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,) Szyńka 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	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,) Pasta z makreli 90g 90 g (2, 3, 4, 6, SKO,)	Płatki owsiane na mleku 350ml 350 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyńka wieprzowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	II ŚN					Serek wiejski 1 szt 1 szt	
	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,) Sałatka z buraczka i ogórka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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,) Sałatka z buraczka i ogórka 130g 130 g (1, 4,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa ziemniaczana 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Gulasz wieprzowy 150g 150 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) 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,) Sałatka z buraczka i ogórka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	
	PD				Owoc 1 szt 130 g		Owoc 1 szt 130 g
	Kolacja	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 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,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Wędlina 30g 30 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 Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Wędlina 30g 30 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 Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Wędlina 30g 30 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,) Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Wędlina 30g 30 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 Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Wędlina 30g 30 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 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: 2487.40 kcal; Białko og: 103.14 g; Tłuszcz: 101.17 g; Węgl. og: 305.89 g; w tym cuk.: 46.66 g; kw.tł.nasyc: 39.23 g; Błonnik: 29.10 g; Sól: 14.07 g; Sód: 5514.46 mg;	Wart. energ: 2265.49 kcal; Białko og: 91.64 g; Tłuszcz: 77.45 g; Węgl. og: 316.18 g; w tym cuk.: 54.71 g; kw.tł.nasyc: 36.94 g; Błonnik: 30.45 g; Sól: 12.37 g; Sód: 4836.76 mg;	Wart. energ: 2251.79 kcal; Białko og: 90.12 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węgl. og: 341.55 g; w tym cuk.: 54.19 g; kw.tł.nasyc: 31.21 g; Błonnik: 34.38 g; Sól: 16.49 g; Sód: 6607.91 mg;	Wart. energ: 2577.72 kcal; Białko og: 114.25 g; Tłuszcz: 101.46 g; Węgl. og: 322.08 g; w tym cuk.: 58.98 g; kw.tł.nasyc: 39.40 g; Błonnik: 41.10 g; Sól: 15.08 g; Sód: 5914.79 mg;	Wart. energ: 2402.13 kcal; Białko og: 104.25 g; Tłuszcz: 74.10 g; Węgl. og: 347.52 g; w tym cuk.: 55.97 g; kw.tł.nasyc: 35.52 g; Błonnik: 34.92 g; Sól: 13.05 g; Sód: 5223.53 mg;	Wart. energ: 2436.02 kcal; Białko og: 101.36 g; Tłuszcz: 72.62 g; Węgl. og: 363.33 g; w tym cuk.: 68.67 g; kw.tł.nasyc: 34.38 g; Błonnik: 37.52 g; Sól: 12.95 g; Sód: 5180.87 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,