

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-11 piątek	Śniadanie	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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,)	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,) Salata 10g 10 g Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,)	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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	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,) Salata 10g 10 g Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,)	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,) Salata 10g 10 g Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,)	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,) Salata 10g 10 g Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,)
	IIł ŚN			Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8,)
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 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,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,)	Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 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,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,)	Zupa makaronowa 250ml 250 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 makaronowa 250ml 250 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 barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 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,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Owoc 1 szt 130 g	Zupa barszcz czerwony z makaronem 250ml 250 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,) Ryba w sosie greckim 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 9, 12, SOJ, OZ, SKO,) Owoc 1 szt 130 g
	PD		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 Salata 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,) Salata 10g 10 g Dżem 40g 40 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 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,) Salata 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 50g 50 g (9,) Salata 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,) Salata 10g 10 g Dżem 40g 40 g
	PN	Banan 100g 100 g	Pomidor 50g 50 g (9,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,)		Banan 100g 100 g		
		Wart. energ: 2250.72 kcal; Białko og: 79.94 g; Tłuszcz: 69.02 g; Węgl. og: 342.08 g; w tym cuk.: 105.59 g; kw.tł.nasyc: 26.54 g; Błonnik: 28.84 g; Sól: 17.21 g; Sód: 6895.93 mg;	Wart. energ: 2256.62 kcal; Białko og: 80.19 g; Tłuszcz: 69.08 g; Węgl. og: 343.25 g; w tym cuk.: 106.63 g; kw.tł.nasyc: 26.56 g; Błonnik: 28.94 g; Sól: 17.21 g; Sód: 6897.73 mg;	Wart. energ: 2261.57 kcal; Białko og: 94.81 g; Tłuszcz: 77.63 g; Węgl. og: 316.32 g; w tym cuk.: 63.97 g; kw.tł.nasyc: 31.18 g; Błonnik: 41.83 g; Sól: 17.39 g; Sód: 6959.37 mg;	Wart. energ: 2073.83 kcal; Białko og: 85.81 g; Tłuszcz: 40.95 g; Węgl. og: 355.49 g; w tym cuk.: 97.68 g; kw.tł.nasyc: 23.11 g; Błonnik: 29.22 g; Sól: 14.04 g; Sód: 5637.68 mg;	Wart. energ: 2324.62 kcal; Białko og: 87.49 g; Tłuszcz: 70.88 g; Węgl. og: 348.45 g; w tym cuk.: 109.83 g; kw.tł.nasyc: 27.75 g; Błonnik: 27.74 g; Sól: 17.45 g; Sód: 6998.73 mg;	Wart. energ: 2420.51 kcal; Białko og: 87.70 g; Tłuszcz: 70.40 g; Węgl. og: 374.46 g; w tym cuk.: 129.33 g; kw.tł.nasyc: 27.18 g; Błonnik: 30.94 g; Sól: 17.43 g; Sód: 6987.07 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-12 sobota	Śniadanie	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 jaglana na mleku 250ml 250 ml (4,) Poledwica z warzywami 60g 60 g	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (4,) 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,) 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,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (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 Schab pieczony 60g 60 g	Kasza jaglana na mleku 250ml 250 ml (4,) 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			Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)		Kisiel 250ml 250 g (1, 12,)	
	Obiad	Zupa z soczewicy z ziemniakami 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa z soczewicy z ziemniakami 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy b/cukru 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 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 ziemniaczana 250ml 250 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 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,) Surówka z marchwi i jabłka 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Owoc 1 szt 130 g
	PD			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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 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 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g		Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Salata 10g 10 g	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,)	
		Wart. energ: 2378.34 kcal; Białko og: 102.91 g; Tłuszcz: 72.02 g; Węgl. og: 345.84 g; w tym cuk.: 62.68 g; kw.tł.nasyc: 34.10 g; Błonnik: 32.57 g; Sól: 14.30 g; Sód: 5621.70 mg;	Wart. energ: 2171.59 kcal; Białko og: 98.28 g; Tłuszcz: 62.53 g; Węgl. og: 318.33 g; w tym cuk.: 62.72 g; kw.tł.nasyc: 29.99 g; Błonnik: 28.86 g; Sól: 14.35 g; Sód: 5639.49 mg;	Wart. energ: 2422.71 kcal; Białko og: 107.90 g; Tłuszcz: 67.74 g; Węgl. og: 368.59 g; w tym cuk.: 73.52 g; kw.tł.nasyc: 33.15 g; Błonnik: 47.89 g; Sól: 13.79 g; Sód: 5525.13 mg;	Wart. energ: 2213.74 kcal; Białko og: 104.27 g; Tłuszcz: 60.60 g; Węgl. og: 328.14 g; w tym cuk.: 54.22 g; kw.tł.nasyc: 30.97 g; Błonnik: 30.34 g; Sól: 16.65 g; Sód: 6565.83 mg;	Wart. energ: 2251.20 kcal; Białko og: 101.31 g; Tłuszcz: 62.33 g; Węgl. og: 335.23 g; w tym cuk.: 75.27 g; kw.tł.nasyc: 29.99 g; Błonnik: 27.68 g; Sól: 14.46 g; Sód: 5689.53 mg;	Wart. energ: 2285.09 kcal; Białko og: 98.42 g; Tłuszcz: 60.85 g; Węgl. og: 351.04 g; w tym cuk.: 87.97 g; kw.tł.nasyc: 28.85 g; Błonnik: 30.28 g; Sól: 14.36 g; Sód: 5646.87 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	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,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Platki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Platki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 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,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Platki owsiane na mleku 250ml 250 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 Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Platki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Poledwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	
	II ŚN			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 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Surówka z czerwonej kapusty 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Pierś z kurczaka 70g got w sosie białym 100g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Surówka z czerwonej kapusty 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa rosół z makaronem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ryż na sypko 200g 200 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Pierś z kurczka 70g w sosie karmelowym 100ml 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,) Owoc 1 szt 130 g	
	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,) Sałata 10g 10 g Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Ćwikła z chrzanem 20g 20 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,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	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,)	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g		Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) 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,)	
		Wart. energ: 2189.34 kcal; Białko og: 90.68 g; Tłuszcz: 68.57 g; Węgl. og: 305.23 g; w tym cuk.: 55.66 g; kw.tł.nasyc: 26.62 g; Błonnik: 23.71 g; Sól: 14.39 g; Sód: 5539.81 mg;	Wart. energ: 2080.94 kcal; Białko og: 93.32 g; Tłuszcz: 60.26 g; Węgl. og: 304.51 g; w tym cuk.: 52.56 g; kw.tł.nasyc: 30.23 g; Błonnik: 25.46 g; Sól: 15.14 g; Sód: 5952.46 mg;	Wart. energ: 2369.81 kcal; Białko og: 104.02 g; Tłuszcz: 69.52 g; Węgl. og: 350.66 g; w tym cuk.: 47.33 g; kw.tł.nasyc: 33.32 g; Błonnik: 39.04 g; Sól: 16.93 g; Sód: 6774.88 mg;	Wart. energ: 2088.94 kcal; Białko og: 96.32 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węgl. og: 303.51 g; w tym cuk.: 51.56 g; kw.tł.nasyc: 30.23 g; Błonnik: 24.26 g; Sól: 15.22 g; Sód: 5990.46 mg;	Wart. energ: 2265.94 kcal; Białko og: 101.17 g; Tłuszcz: 61.01 g; Węgl. og: 342.31 g; w tym cuk.: 51.66 g; kw.tł.nasyc: 30.36 g; Błonnik: 27.31 g; Sól: 15.85 g; Sód: 6241.96 mg;	Wart. energ: 2138.08 kcal; Białko og: 93.73 g; Tłuszcz: 58.58 g; Węgl. og: 322.57 g; w tym cuk.: 64.26 g; kw.tł.nasyc: 29.09 g; Błonnik: 26.86 g; Sól: 15.13 g; Sód: 5947.80 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	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 250 ml 250 ml (1, 2, 4,)	Zacierka na mleku 250 ml 250 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) Salata 10g 10 g	Twarożek 90g 90 g (4) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (1, 2, 4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9) Salata 10g 10 g Twarożek 90g 90 g (4)	Zacierka na mleku 250 ml 250 ml (1, 2, 4,) Twarożek 90g 90 g (4) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9) Salata 10g 10 g	
	II ŚN			Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt		Jogurt wysokobiałkowy 1 szt 1 szt	Chipsy jabłkowe 1 szt 1 g
	Obiad	Zupa krupnik 250 ml 250 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,) Karczek pieczony 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Salata z maślanką 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 250 ml 250 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,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Salata z maślanką 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 250 ml 250 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,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Salata z maślanką 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 250 ml 250 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,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Salata z maślanką 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa krupnik 250 ml 250 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,) Schab gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Salata z maślanką 90 g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Owoc 1 szt 130 g	
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Hummus 1/2 szt 0,5 szt 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 Salata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4) Pomidor 50g 50 g (9) Salata 10g 10 g Polędwica 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) Papryka 70g 70 g Salata 10g 10 g Hummus 1/2 szt 0,5 szt Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9) Salata 10g 10 g	Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4) Pomidor 50g 50 g (9) Salata 10g 10 g Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,)	Polędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9) Salata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4) Salata 10g 10 g	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4)	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Salata 10g 10 g	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,)	
		Wart. energ: 2164.32 kcal; Białko og: 87.96 g; Tłuszcz: 65.98 g; Węgl. og: 317.44 g; w tym cuk.: 60.39 g; kw.tł.nasyc: 33.20 g; Błonnik: 25.69 g; Sól: 14.45 g; Sód: 5678.68 mg;	Wart. energ: 2113.97 kcal; Białko og: 100.61 g; Tłuszcz: 54.68 g; Węgl. og: 318.41 g; w tym cuk.: 57.19 g; kw.tł.nasyc: 29.30 g; Błonnik: 26.87 g; Sól: 14.86 g; Sód: 5841.83 mg;	Wart. energ: 2138.77 kcal; Białko og: 110.45 g; Tłuszcz: 56.44 g; Węgl. og: 315.47 g; w tym cuk.: 56.44 g; kw.tł.nasyc: 29.82 g; Błonnik: 37.53 g; Sól: 14.25 g; Sód: 5593.58 mg;	Wart. energ: 2121.97 kcal; Białko og: 103.61 g; Tłuszcz: 54.48 g; Węgl. og: 317.41 g; w tym cuk.: 56.19 g; kw.tł.nasyc: 29.30 g; Błonnik: 25.67 g; Sól: 14.94 g; Sód: 5879.83 mg;	Wart. energ: 2253.97 kcal; Białko og: 122.31 g; Tłuszcz: 59.18 g; Węgl. og: 321.11 g; w tym cuk.: 59.39 g; kw.tł.nasyc: 32.09 g; Błonnik: 25.67 g; Sól: 15.05 g; Sód: 5923.83 mg;	Wart. energ: 2411.86 kcal; Białko og: 102.82 g; Tłuszcz: 55.10 g; Węgl. og: 395.52 g; w tym cuk.: 84.89 g; kw.tł.nasyc: 28.37 g; Błonnik: 38.57 g; Sól: 14.87 g; Sód: 5847.17 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 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 250ml 250 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,)	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 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6,) Szyntka 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	Kasza jęczmienna na mleku 250ml 250 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 naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Jogurt owocowy 1szt 1 szt (4, 8,)
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Fasola po bretońsku 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 250ml 250 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,) Owoc 1 szt 130 g	Zupa koperkowa z makaronem 250ml 250 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 250ml 250 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,) Owoc 1 szt 130 g		
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Polędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Ser żółty 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Rzodkiewka 100g 100 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Polędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Polędwica z indyka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) 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,) 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,)
	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		Pomidor 50g 50 g (9,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Salata 10g 10 g		Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Salata 10g 10 g
		Wart. energ: 2358.19 kcal; Białko og: 98.94 g; Tłuszcz: 75.12 g; Węgl. og: 337.42 g; w tym cuk.: 44.66 g; kw.tł.nasyc: 33.57 g; Błonnik: 31.04 g; Sól: 18.06 g; Sód: 7117.16 mg;	Wart. energ: 2112.76 kcal; Białko og: 82.04 g; Tłuszcz: 62.32 g; Węgl. og: 318.47 g; w tym cuk.: 58.83 g; kw.tł.nasyc: 31.83 g; Błonnik: 24.59 g; Sól: 19.85 g; Sód: 7826.32 mg;	Wart. energ: 2088.35 kcal; Białko og: 85.38 g; Tłuszcz: 66.04 g; Węgl. og: 305.22 g; w tym cuk.: 45.43 g; kw.tł.nasyc: 34.99 g; Błonnik: 34.70 g; Sól: 19.69 g; Sód: 7869.93 mg;	Wart. energ: 2093.06 kcal; Białko og: 84.97 g; Tłuszcz: 59.25 g; Węgl. og: 317.14 g; w tym cuk.: 57.83 g; kw.tł.nasyc: 30.90 g; Błonnik: 23.39 g; Sól: 15.52 g; Sód: 6100.62 mg;	Wart. energ: 2180.76 kcal; Białko og: 89.34 g; Tłuszcz: 64.12 g; Węgl. og: 323.67 g; w tym cuk.: 62.03 g; kw.tł.nasyc: 33.02 g; Błonnik: 23.39 g; Sól: 20.09 g; Sód: 7927.32 mg;	Wart. energ: 2202.55 kcal; Białko og: 85.48 g; Tłuszcz: 67.53 g; Węgl. og: 325.27 g; w tym cuk.: 63.45 g; kw.tł.nasyc: 35.08 g; Błonnik: 23.69 g; Sól: 20.26 g; Sód: 7998.36 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-16 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek kiszony 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) 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,) 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 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Mus owocowy 270 szt
	II ŚN			Pieczewo chrupkie 10g 10 g Serek śmietankowy 60g 60 g (4,)		Ser topiony 50g 50 g (4,)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Surówka Cioślów 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) 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 pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) Udko z kurczaka gotowane 120g 120 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Napój owocowy b/cukru 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Surówka Cioślów 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ryżanka 250ml 250 ml (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 pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) 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 pomidorowa z ryżem 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 9, 11, 12, OZ, SOJ,) 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,) Owoc 1 szt 130 g Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem b/cukru 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) 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 Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Parówka "Paluszek" 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, SOJ,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) 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		Ser żółty 20g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Sałata 10g 10 g		
		Wart. energ: 2338.79 kcal; Białko og: 104.84 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węgl. og: 303.33 g; w tym cuk.: 54.69 g; kw.tł.nasyc: 31.82 g; Błonnik: 23.84 g; Sól: 17.98 g; Sód: 7087.21 mg;	Wart. energ: 2204.31 kcal; Białko og: 98.64 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węgl. og: 301.52 g; w tym cuk.: 52.81 g; kw.tł.nasyc: 31.55 g; Błonnik: 25.99 g; Sól: 16.60 g; Sód: 6537.50 mg;	Wart. energ: 2381.19 kcal; Białko og: 120.52 g; Tłuszcz: 83.79 g; Węgl. og: 302.00 g; w tym cuk.: 51.10 g; kw.tł.nasyc: 34.42 g; Błonnik: 37.24 g; Sól: 17.97 g; Sód: 7185.05 mg;	Wart. energ: 2177.33 kcal; Białko og: 103.64 g; Tłuszcz: 70.87 g; Węgl. og: 291.02 g; w tym cuk.: 49.42 g; kw.tł.nasyc: 30.76 g; Błonnik: 23.35 g; Sól: 18.10 g; Sód: 7144.28 mg;	Wart. energ: 2394.81 kcal; Białko og: 113.13 g; Tłuszcz: 86.62 g; Węgl. og: 301.15 g; w tym cuk.: 52.31 g; kw.tł.nasyc: 40.00 g; Błonnik: 24.79 g; Sól: 18.30 g; Sód: 7224.90 mg;	Wart. energ: 2401.70 kcal; Białko og: 105.69 g; Tłuszcz: 71.84 g; Węgl. og: 345.06 g; w tym cuk.: 90.31 g; kw.tł.nasyc: 30.81 g; Błonnik: 28.19 g; Sól: 17.25 g; Sód: 6799.74 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Pasta z makreli 90g 90 g (2, 3, 4, 6, SKO,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyunka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Pasta z makreli 90g 90 g (2, 3, 4, 6, SKO,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,)	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyunka 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,) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyunka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) Szyunka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) 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 250ml 250 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,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet w iepzrowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet w iepzrowy 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,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet w iepzrowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet w iepzrowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa brokułowa z ziemniakami 250ml 250 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Pulpet w iepzrowy gotowany 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Kasza jęczmienna 200g 200 g (1, 4, 5, 6,) Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Owoc 1 szt 130 g Buraczki got 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)
	PD			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,) Ogórek świeży 50g 50 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,) Sałata 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 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,) 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,) Sałata 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 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Serek kanapkowy 1/2 szt 0,5 szt (4,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) 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		Ser topiony 30g 33 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Sałata 10g 10 g	Salata 10g 10 g Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) 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,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Sałata 10g 10 g
		Wart. energ: 2554.78 kcal; Białko og: 102.78 g; Tłuszcz: 100.27 g; Węgl. og: 324.56 g; w tym cuk.: 60.32 g; kw.tł.nasyc: 40.49 g; Błonnik: 28.33 g; Sól: 14.67 g; Sód: 5754.92 mg;	Wart. energ: 2239.91 kcal; Białko og: 92.72 g; Tłuszcz: 70.01 g; Węgl. og: 324.36 g; w tym cuk.: 60.06 g; kw.tł.nasyc: 35.53 g; Błonnik: 29.17 g; Sól: 13.00 g; Sód: 5087.59 mg;	Wart. energ: 2602.31 kcal; Białko og: 109.78 g; Tłuszcz: 95.83 g; Węgl. og: 346.33 g; w tym cuk.: 61.36 g; kw.tł.nasyc: 42.98 g; Błonnik: 44.62 g; Sól: 16.61 g; Sód: 6639.18 mg;	Wart. energ: 2248.20 kcal; Białko og: 94.89 g; Tłuszcz: 69.04 g; Węgl. og: 325.66 g; w tym cuk.: 58.28 g; kw.tł.nasyc: 35.14 g; Błonnik: 27.22 g; Sól: 15.01 g; Sód: 5901.83 mg;	Wart. energ: 2398.91 kcal; Białko og: 102.47 g; Tłuszcz: 83.31 g; Węgl. og: 323.96 g; w tym cuk.: 59.56 g; kw.tł.nasyc: 43.60 g; Błonnik: 27.97 g; Sól: 14.13 g; Sód: 5546.09 mg;	Wart. energ: 2374.90 kcal; Białko og: 94.76 g; Tłuszcz: 68.98 g; Węgl. og: 360.05 g; w tym cuk.: 76.26 g; kw.tł.nasyc: 34.47 g; Błonnik: 32.59 g; Sól: 13.02 g; Sód: 5095.83 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-18, piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 250ml 250 ml (1, 4,) Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 250ml 250 ml (1, 4,) Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo razowe 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Ogórek świeży 50g 50 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Ryż na mleku 250ml 250 ml (1, 4,) 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 b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Ryż na mleku 250ml 250 ml (1, 4,) Jajko 1sz/50g 50 g (2,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Dżem 40g 40 g	Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)
	II ŚN			Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)		Jogurt naturalny 1 szt 1 szt (4,)	Jogurt owocowy 1szt 2 szt (4, 8,)
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem 250 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,) Surówka z kiszzonej kapusty 130 g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa pieczarkowa z makaronem 250 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa pieczarkowa z makaronem 250 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 kiszzonej kapusty 130 g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 350 ml (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Ziemniaki gotowane 200g 300 g Napój owocowy 250ml 250 ml (1, 5, 6, 12, SOJ,) Filet z miruny opiekana 100g 100 g (1, 2, 3, 4, 5, 6, 12, OZ, SKO, SOJ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa pieczarkowa z makaronem 250 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa pieczarkowa z makaronem 250 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,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolaża	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 Sałata 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,) Sałata 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,) Rzodkiewka 100g 100 g Sałata 10g 10 g Ser biały 90g 90 g (4,)	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,) Sałata 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,) Sałata 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,) Sałata 10g 10 g
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Sałata 10g 10 g		Pomidor 50g 50 g (9,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) 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,)	
		Wart. energ: 2196.70 kcal; Białko og: 91.47 g; Tłuszcz: 59.98 g; Węgl. og: 337.14 g; w tym cuk.: 76.71 g; kw.tł.nasyc: 29.63 g; Błonnik: 29.01 g; Sól: 19.37 g; Sód: 7643.76 mg;	Wart. energ: 2193.89 kcal; Białko og: 91.88 g; Tłuszcz: 56.68 g; Węgl. og: 344.78 g; w tym cuk.: 81.07 g; kw.tł.nasyc: 30.17 g; Błonnik: 31.13 g; Sól: 19.82 g; Sód: 7822.87 mg;	Wart. energ: 2120.09 kcal; Białko og: 100.11 g; Tłuszcz: 60.12 g; Węgl. og: 315.21 g; w tym cuk.: 52.54 g; kw.tł.nasyc: 29.74 g; Błonnik: 42.60 g; Sól: 19.47 g; Sód: 7787.37 mg;	Wart. energ: 2163.93 kcal; Białko og: 89.26 g; Tłuszcz: 50.77 g; Węgl. og: 352.56 g; w tym cuk.: 82.07 g; kw.tł.nasyc: 28.23 g; Błonnik: 29.75 g; Sól: 15.43 g; Sód: 6079.07 mg;	Wart. energ: 2261.89 kcal; Białko og: 99.18 g; Tłuszcz: 58.48 g; Węgl. og: 349.98 g; w tym cuk.: 84.27 g; kw.tł.nasyc: 31.36 g; Błonnik: 29.93 g; Sól: 20.06 g; Sód: 7923.87 mg;	Wart. energ: 2357.78 kcal; Białko og: 99.39 g; Tłuszcz: 58.00 g; Węgl. og: 375.99 g; w tym cuk.: 103.77 g; kw.tł.nasyc: 30.79 g; Błonnik: 33.13 g; Sól: 20.04 g; Sód: 7912.21 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca
2026-09-19 sobota	Śniadanie	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12) Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,)	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) 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,) Sałata 10g 10 g	Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) 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,)	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,)	Kasza manna na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12,) Szynkowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) 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,)		Budyń 250g 250 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	
	Obiad	Zupa Żurek z ziemniakami 250ml 250 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 mielony wieprzowy z ryżem 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Sałatka szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 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,) Pulpet wieprzowy z ryżem 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa Żurek z ziemniakami 250ml 250 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,) Pulpet wieprzowy z ryżem 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Sałatka szwedzka 130g 130 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,)	Zupa ziemniaczana 250ml 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,) Pulpet wieprzowy z ryżem 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 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,) Pulpet wieprzowy z ryżem 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,)	Zupa ziemniaczana 250ml 250 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,) Pulpet wieprzowy z ryżem 90g 90 g (1, 2, 4, 5, 6, 12, OZ, SOJ,) Warzywa gotowane 130g 130 g (1, 4, 5,) Owoc 1 szt 130 g
	PD			Owoc 1 szt 130 g			
	Kolacja	Paszтет 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) 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 Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Sałata 10g 10 g Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,)	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,) Papryka 70g 70 g Sałata 10g 10 g Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,)	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) 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	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 Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,)	Szynka drobiowa 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) 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, 12,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Sałata 10g 10 g		Ser biały 30g 30 g (4,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,) Sałata 10g 10 g	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7g (4,) Sałata 10g 10 g Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6, 12,)	
		Wart. energ: 2524.61 kcal; Białko og: 92.05 g; Tłuszcz: 91.17 g; Węgl. og: 345.91 g; w tym cuk.: 51.89 g; kw.tł.nasyc: 38.71 g; Błonnik: 24.17 g; Sól: 16.05 g; Sód: 6195.16 mg;	Wart. energ: 2249.20 kcal; Białko og: 82.38 g; Tłuszcz: 62.68 g; Węgl. og: 354.60 g; w tym cuk.: 54.84 g; kw.tł.nasyc: 31.10 g; Błonnik: 31.04 g; Sól: 16.19 g; Sód: 6368.48 mg;	Wart. energ: 2378.68 kcal; Białko og: 93.12 g; Tłuszcz: 66.70 g; Węgl. og: 370.39 g; w tym cuk.: 67.94 g; kw.tł.nasyc: 32.35 g; Błonnik: 38.95 g; Sól: 16.37 g; Sód: 6538.02 mg;	Wart. energ: 2339.63 kcal; Białko og: 87.80 g; Tłuszcz: 63.18 g; Węgl. og: 371.32 g; w tym cuk.: 55.61 g; kw.tł.nasyc: 31.42 g; Błonnik: 32.16 g; Sól: 17.47 g; Sód: 6887.67 mg;	Wart. energ: 2425.77 kcal; Białko og: 92.23 g; Tłuszcz: 66.50 g; Węgl. og: 379.97 g; w tym cuk.: 73.04 g; kw.tł.nasyc: 33.48 g; Błonnik: 29.87 g; Sól: 16.50 g; Sód: 6496.96 mg;	Wart. energ: 2459.66 kcal; Białko og: 89.34 g; Tłuszcz: 65.02 g; Węgl. og: 395.78 g; w tym cuk.: 85.74 g; kw.tł.nasyc: 32.34 g; Błonnik: 32.47 g; Sól: 16.40 g; Sód: 6454.30 mg;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr. łatwo przyswaj. węglowodanów	Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	Bogatobiałkowa	Łatwostrawna dziecięca	
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	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,) Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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,) 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,)	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 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 Schab pieczony 60g 60 g	Płatki owsiane na mleku 250ml 250 ml (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,) 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			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 manna na rosole 250ml 250 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,) Udziec z indyka pieczony 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, OZ, SOJ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa manna na rosole 250ml 250 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,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa manna na rosole 250ml 250 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,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Surówka z warzyw mieszanych 130g 130 g (1, 4, 5, 6, 12, SOJ, OZ,)	Zupa manna na rosole 250ml 250 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,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,)	Zupa manna na rosole 250ml 250 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,) Udziec z indyka gotowany 70g 70 g (1, 2, 4, 5, 6, 11, 12, SOJ, OZ,) Marchewka gotowana 130g 130 g (1, 4,) Owoc 1 szt 130 g		
	PD			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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Pieczywo pszenno-żytnie 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g Poędwica 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,) Salata 10g 10 g Pomidor 50g 50 g (9,) Ser topiony 30g 33 g (4,) Wędlina 30g 30 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Poędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Kawa zbożowa z mlekiem 250ml 250 ml (1, 4,) Pomidor b/skóry 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	Pieczywo 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 Poędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,)	Poędwica sopocka 60g 60 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenne 100g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 14g 14 g (4,) Herbata 250ml 250 ml (1, 4, 6, 12, OZ, SOJ,) Pomidor 50g 50 g (9,) Salata 10g 10 g	
	PN	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Salata 10g 10 g	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Pieczywo razowe 30g 100 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,)	Pieczywo pszenno-żytnie 30g 30 g (1, 2, 4, SOJ,) Mix tłuszczowy 7g 7 g (4,) Wędlina 20g 20 g (1, 2, 4, 5, 6,) Salata 10g 10 g	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,)		
		Wart. energ: 2023.83 kcal; Białko og: 95.97 g; Tłuszcz: 62.03 g; Węgl. og: 282.91 g; w tym cuk.: 53.78 g; kw.tł.nasyc: 32.24 g; Błonnik: 24.89 g; Sól: 14.82 g; Sód: 5828.67 mg;	Wart. energ: 1989.38 kcal; Białko og: 100.27 g; Tłuszcz: 54.74 g; Węgl. og: 287.45 g; w tym cuk.: 51.66 g; kw.tł.nasyc: 27.87 g; Błonnik: 26.68 g; Sól: 13.65 g; Sód: 5355.68 mg;	Wart. energ: 2257.43 kcal; Białko og: 105.33 g; Tłuszcz: 61.61 g; Węgl. og: 340.65 g; w tym cuk.: 49.97 g; kw.tł.nasyc: 30.59 g; Błonnik: 42.82 g; Sól: 15.64 g; Sód: 6152.50 mg;	Wart. energ: 1997.38 kcal; Białko og: 103.27 g; Tłuszcz: 54.54 g; Węgl. og: 286.45 g; w tym cuk.: 50.66 g; kw.tł.nasyc: 27.87 g; Błonnik: 25.48 g; Sól: 13.73 g; Sód: 5393.68 mg;	Wart. energ: 2174.38 kcal; Białko og: 108.12 g; Tłuszcz: 55.49 g; Węgl. og: 325.25 g; w tym cuk.: 50.76 g; kw.tł.nasyc: 28.00 g; Błonnik: 28.53 g; Sól: 14.36 g; Sód: 5645.18 mg;	Wart. energ: 2046.52 kcal; Białko og: 100.68 g; Tłuszcz: 53.06 g; Węgl. og: 305.51 g; w tym cuk.: 63.36 g; kw.tł.nasyc: 26.73 g; Błonnik: 28.08 g; Sól: 13.64 g; Sód: 5351.02 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,