

2025-11-24, poniedziałek

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB) Ser żółty 30 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paprykarz 50 g (RYB) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g (JAJ, RYB, SEL) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Paprykarz 50 g (RYB) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka zmksowana 60 g (GLU, SOJ, MLE) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paprykarz 30 g (RYB) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
II ś	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Kisiel 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jabłko pieczone (150g) 1 szt
Obiad	Fasolowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Marchew gotowana 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 200 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE) Surówka z marchwi i jabłka 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
P					Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i papryką (25g) 1 szt (GLU, MLE)			Puree bananowe 60 g	Sok owocowo-warzynny 200 ml	
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Ser topiony 30 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 40 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Ser topiony 30 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml (SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry zmksowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Pomidor 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Ph	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Wartość en. [kcal]: 2165.61 kcal; Białko ogółem: 65.37 g; Tłuszcz: 63.97 g; Kw. tł. nasy.: 30.28 g; Węglowodany ogółem: 344.89 g; suma cukrów prostych: 129.85 g; Sól: 4.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2022.25 kcal; Białko ogółem: 61.90 g; Tłuszcz: 53.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 334.62 g; suma cukrów prostych: 129.81 g; Sól: 4.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2101.56 kcal; Białko ogółem: 82.58 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 295.18 g; suma cukrów prostych: 66.03 g; Sól: 4.55 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2028.62 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 310.80 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Sól: 4.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2186.80 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 88.56 g; Kw. tł. nasy.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; suma cukrów prostych: 34.21 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2120.87 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; Sól: 4.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2285.89 kcal; Białko ogółem: 74.27 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.99 g; Węglowodany ogółem: 364.47 g; suma cukrów prostych: 62.33 g; Sól: 4.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;	Wartość en. [kcal]: 1303.59 kcal; Białko ogółem: 69.64 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.61 g; Węglowodany ogółem: 98.97 g; suma cukrów prostych: 30.72 g; Sól: 1.21 g; Błonnik pokarmowy: 14.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2423.63 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; suma cukrów prostych: 123.63 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1545.79 kcal; Białko ogółem: 42.71 g; Tłuszcz: 47.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 244.87 g; suma cukrów prostych: 111.69 g; Sól: 3.12 g; Błonnik pokarmowy: 15.46 g;

2025-11-25 wtorek

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żol.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-11-25 wtorek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Dżem truskawkowy 30 g Roszponka 10 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Ser topiony 30 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Dżem truskawkowy 30 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Dżem truskawkowy 30 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 400 ml (GLU, SEL)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa zmkisowana 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 25 g (GLU, SOJ) Dżem truskawkowy 30 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II S	Kisiel 150 g		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	Kisiel 150 g		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Puree bananowe 100 g	Kisiel 150 g
	Obiad	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 120 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 120 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 120 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa zacierkowa 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z marchwi 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 200 ml (GLU, JAJ, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pomidorowy 100 g (GLU) Ziemniaki 100 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Sok marchwiowy 100 ml	Kisiel 150 g	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml			Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 50 (GLU, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka 50 (GLU, SOJ, MLE) Mus jablkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pn	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt				Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-11-25 wtorek		Wartość en. [kcal]: 2035.25 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasyc.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; suma cukrów prostych: 87.82 g; Sól: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2074.91 kcal; Białko ogółem: 101.86 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasyc.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 307.71 g; suma cukrów prostych: 88.71 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2086.41 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 55.70 g; Kw. tł. nasyc.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; suma cukrów prostych: 84.63 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;	Wartość en. [kcal]: 1984.46 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 45.43 g; Kw. tł. nasyc.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 301.36 g; suma cukrów prostych: 87.27 g; Sól: 5.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2072.29 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasyc.: 35.57 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Sól: 8.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g;	Wartość en. [kcal]: 1984.46 kcal; Białko ogółem: 102.52 g; Tłuszcz: 45.43 g; Kw. tł. nasyc.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 301.36 g; suma cukrów prostych: 87.27 g; Sól: 5.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g;	Wartość en. [kcal]: 1806.10 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 51.51 g; Kw. tł. nasyc.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 276.16 g; suma cukrów prostych: 62.93 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;	Wartość en. [kcal]: 1784.13 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 113.09 g; Kw. tł. nasyc.: 15.09 g; Węglowodany ogółem: 101.06 g; suma cukrów prostych: 26.56 g; Sól: 1.52 g; Błonnik pokarmowy: 13.85 g;	Wartość en. [kcal]: 2073.03 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kw. tł. nasyc.: 27.53 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; suma cukrów prostych: 122.54 g; Sól: 4.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g;	Wartość en. [kcal]: 1426.18 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 42.02 g; Kw. tł. nasyc.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 189.89 g; suma cukrów prostych: 72.14 g; Sól: 3.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g;

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydź. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-11-26 środa	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Twarożek z koperkiem 50 g (<i>MLE</i>) Marchew gotowana w plastrach 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)			Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Hummus 50 g Filet królewski z indyka 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Marchew gotowana w plastrach 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 10 g Hummus 50 g Filet królewski z indyka 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU</i>)	Zupa grysikowa 500 ml (<i>GLU, SEL</i>)	Płatki jęczmienne na mleku zmiśkowane 350 ml (<i>GLU, MLE</i>) Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka zmiśkowany 60 g (<i>GLU, SOJ</i>) Puree bananowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Twarożek z koperkiem 30 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Ogórek świeży 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	
	II s	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt			Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt		Puree bananowe 100 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa ziemniaczana 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (<i>GLU, SEL</i>)	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Puree ziemniaczane 200 g (<i>MLE</i>) Puree z brokuła 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (<i>GLU, SEL</i>) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (<i>GLU</i>) Ziemniaki 100 g Marchew gotowana 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)				Kisiel 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Dyńa pieczona z ziołami 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Białko jaja gotowanego 1 szt (<i>JAJ</i>) Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Dyńa pieczona z ziołami 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (<i>MLE</i>) Dyńa duszona z olejem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Mix sałat 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Mix sałat 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (<i>GLU, SEL</i>)	Bułka wrocławska 100 g (<i>GLU</i>) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (<i>JAJ</i>) Serek Almette 40 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry zmiśkowany 500 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 30 g (<i>MLE</i>) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Pf	Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Kisiel 150 g	Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	
	Wartość en. [kcal]: 2076.98 kcal; Białko ogółem: 87.32 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kw. tł. nasyc.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 499.96 g; suma cukrów prostych: 70.96 g; Sól: 5.45 g; Błonnik pokarmowy: 32.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2154.41 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 63.27 g; Kw. tł. nasyc.: 26.28 g; Węglowodany ogółem: 515.77 g; suma cukrów prostych: 84.20 g; Sól: 5.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2153.41 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 63.77 g; Kw. tł. nasyc.: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 513.77 g; suma cukrów prostych: 82.90 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g;	Wartość en. [kcal]: 2026.60 kcal; Białko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 49.22 g; Kw. tł. nasyc.: 24.67 g; Węglowodany ogółem: 511.88 g; suma cukrów prostych: 82.41 g; Sól: 5.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g;	Wartość en. [kcal]: 2269.68 kcal; Białko ogółem: 86.80 g; Tłuszcz: 98.62 g; Kw. tł. nasyc.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 487.20 g; suma cukrów prostych: 41.84 g; Sól: 6.58 g; Błonnik pokarmowy: 43.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2053.80 kcal; Białko ogółem: 87.66 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kw. tł. nasyc.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 506.39 g; suma cukrów prostych: 79.93 g; Sól: 5.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2086.80 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 71.05 g; Kw. tł. nasyc.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 281.46 g; suma cukrów prostych: 61.96 g; Sól: 6.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;	Wartość en. [kcal]: 1962.51 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 113.99 g; Kw. tł. nasyc.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 307.56 g; suma cukrów prostych: 49.23 g; Sól: 1.37 g; Błonnik pokarmowy: 14.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2289.36 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasyc.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 307.56 g; suma cukrów prostych: 102.92 g; Sól: 6.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1477.54 kcal; Białko ogółem: 68.23 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasyc.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 304.14 g; suma cukrów prostych: 62.72 g; Sól: 3.09 g; Błonnik pokarmowy: 14.63 g;	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-11-27 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Wafle ryżowe 3 szt	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa zacierkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, JAJ, SEL)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony z miksowanymi 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry z miksowanymi 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Pasta z zielonego groszku 30 g Pomidor bez skóry 40 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)				Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)		Puree bananowe 100 g		Biskvity 5 szt (GLU, JAJ)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Surówka Ciesław 130 g (JAJ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL)	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 200 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 50 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pieczeniowy 50 g (SEL) Kasza jęczmienna 100 g (GLU) Buraczki gotowane 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i papryką (25g) 1 szt (GLU, MLE)			Sok pomidorowy 100 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Cukinia gotowana 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Mix sałat 10 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Cukinia gotowana 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Cukinia gotowana 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica drobiowa z miksowanymi 50 g (GLU, SOJ) Herbata (cukier 10g) 300 ml Miód wielokwiatowy 30 ml Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa z miksowanymi 90 g (GLU, SOJ) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Twaróg 30 g (MLE) Ogórek świeży 30 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pn	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-11-27	czwartek	Wartość en. [kcal]: 2123.82 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasyc.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 295.57 g; suma cukrów prostych: 68.64 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2156.68 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasyc.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; suma cukrów prostych: 68.65 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2165.76 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasyc.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 306.05 g; suma cukrów prostych: 70.81 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2082.88 kcal; Białko ogółem: 114.21 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw. tł. nasyc.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 300.55 g; suma cukrów prostych: 68.09 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2282.90 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasyc.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 317.18 g; suma cukrów prostych: 36.23 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g;	Wartość en. [kcal]: 1952.48 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nasyc.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; suma cukrów prostych: 68.04 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2137.71 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasyc.: 13.10 g; Węglowodany ogółem: 301.18 g; suma cukrów prostych: 48.33 g; Sól: 5.90 g; Błonnik pokarmowy: 32.82 g;	Wartość en. [kcal]: 1384.04 kcal; Białko ogółem: 72.64 g; Tłuszcz: 76.41 g; Kw. tł. nasyc.: 14.73 g; Węglowodany ogółem: 106.35 g; suma cukrów prostych: 34.23 g; Sól: 1.78 g; Błonnik pokarmowy: 16.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2214.11 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasyc.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 314.75 g; suma cukrów prostych: 85.29 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g;	Wartość en. [kcal]: 1417.34 kcal; Białko ogółem: 66.61 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasyc.: 20.60 g; Węglowodany ogółem: 176.59 g; suma cukrów prostych: 48.73 g; Sól: 2.84 g; Błonnik pokarmowy: 13.92 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-11-28 piątek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Sałata (liść) 10 g	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Serek topiony 30 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Brokułowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, MLE, SEL)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor bez skóry zmiaskowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 200 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 40 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II S	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Kefir naturalny 220ml 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Mus jabłkowy 100 g		Jabłko pieczone (150g) 1 szt	
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza smażony 90 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml (GLU, JAJ, RYB, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, SEL) Sos koperkowy 80 g Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	350 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 500 ml (GLU, SEL)	Barszcz czerwony 400 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony 200 ml (GLU, SEL) Pulpet z dorsza 90 g (GLU, JAJ, RYB, SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Mix салат z sosem vinegret 20 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P						Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)			Sok marchwiowy 100 ml	Sok marchwiowy 100 ml	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g (SEL) Twaróg 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Dżem 30g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Puree z cukinii 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Twaróg 30 g (MLE) Roszponka 10 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml		
Pf	Wafle ryżowe 3 szt			Koktajl bananowo-mleczny z otrębami pszennymi 200 ml (MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU)	Wafle ryżowe 3 szt		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Wafle ryżowe 3 szt	
	Wartość en. [kcal]: 2523.84 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasyc.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 409.58 g; suma cukrów prostych: 107.63 g; Sól: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2425.97 kcal; Białko ogółem: 73.96 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nasyc.: 21.84 g; Węglowodany ogółem: 413.36 g; suma cukrów prostych: 109.80 g; Sól: 4.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2426.46 kcal; Białko ogółem: 80.07 g; Tłuszcz: 61.30 g; Kw. tł. nasyc.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 397.46 g; suma cukrów prostych: 117.83 g; Sól: 4.45 g; Błonnik pokarmowy: 20.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2277.34 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasyc.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 412.38 g; suma cukrów prostych: 113.19 g; Sól: 4.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.08 kcal; Białko ogółem: 82.44 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasyc.: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; suma cukrów prostych: 36.05 g; Sól: 7.12 g; Błonnik pokarmowy: 42.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2277.34 kcal; Białko ogółem: 74.74 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasyc.: 20.09 g; Węglowodany ogółem: 412.38 g; suma cukrów prostych: 113.19 g; Sól: 4.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2328.82 kcal; Białko ogółem: 55.37 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasyc.: 10.96 g; Węglowodany ogółem: 406.06 g; suma cukrów prostych: 95.72 g; Sól: 4.88 g; Błonnik pokarmowy: 34.21 g;	Wartość en. [kcal]: 1458.55 kcal; Białko ogółem: 76.16 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kw. tł. nasyc.: 26.47 g; Węglowodany ogółem: 136.06 g; suma cukrów prostych: 52.46 g; Sól: 1.42 g; Błonnik pokarmowy: 17.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2207.31 kcal; Białko ogółem: 82.28 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasyc.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 307.61 g; suma cukrów prostych: 97.84 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g;	Wartość en. [kcal]: 1875.50 kcal; Białko ogółem: 54.68 g; Tłuszcz: 50.71 g; Kw. tł. nasyc.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 307.09 g; suma cukrów prostych: 93.03 g; Sól: 2.67 g; Błonnik pokarmowy: 15.26 g;		

2025-11-29 sobota

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-11-29 sobota	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ) Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Sałata (liść) 10 g Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Krupnik z mięsem i olejem roślinnym 500 g (GLU, SEL)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmięskowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Mus jabłkowy 100 g	Jogurt owocowy 100 g	
	Obiad	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml				Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami i brązowym ryżem 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 500 ml (GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 200 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 150 [Por] x 300 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P						Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałata (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Sok marchwiowy 100 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paszтет drobiowy 50 g (GLU, JAJ) Ogórek kiszony 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka zmięskowana 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paszтет drobiowy 30 g (GLU, JAJ) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 25 g (SEL) Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Pn	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z twarogiem (30g) i rzodkiewka (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, SOJ)	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)			
	Wartość en. [kcal]: 1861.94 kcal; Białko ogółem: 83.04 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kw. tł. nasyc.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 256.41 g; suma cukrów prostych: 61.22 g; Sól: 7.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.30 g;	Wartość en. [kcal]: 1819.88 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz: 47.80 g; Kw. tł. nasyc.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 271.30 g; suma cukrów prostych: 61.81 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 18.65 g;	Wartość en. [kcal]: 1779.46 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 42.10 g; Kw. tł. nasyc.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 273.09 g; suma cukrów prostych: 66.95 g; Sól: 6.03 g; Błonnik pokarmowy: 18.90 g;	Wartość en. [kcal]: 1801.52 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 45.75 g; Kw. tł. nasyc.: 21.72 g; Węglowodany ogółem: 269.27 g; suma cukrów prostych: 61.93 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 17.10 g;	Wartość en. [kcal]: 1863.66 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasyc.: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 244.16 g; suma cukrów prostych: 24.43 g; Sól: 7.98 g; Błonnik pokarmowy: 37.70 g;	Wartość en. [kcal]: 1791.19 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 45.74 g; Kw. tł. nasyc.: 21.71 g; Węglowodany ogółem: 266.67 g; suma cukrów prostych: 59.60 g; Sól: 5.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.91 g;	Wartość en. [kcal]: 1735.48 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 45.81 g; Kw. tł. nasyc.: 7.99 g; Węglowodany ogółem: 250.74 g; suma cukrów prostych: 47.93 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g;	Wartość en. [kcal]: 1489.62 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nasyc.: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 136.77 g; suma cukrów prostych: 49.03 g; Sól: 1.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.22 g;	Wartość en. [kcal]: 1969.64 kcal; Białko ogółem: 82.09 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasyc.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 299.80 g; suma cukrów prostych: 97.37 g; Sól: 5.92 g; Błonnik pokarmowy: 19.47 g;	Wartość en. [kcal]: 43102.65 kcal; Białko ogółem: 3360.92 g; Tłuszcz: 310.40 g; Kw. tł. nasyc.: 77.21 g; Węglowodany ogółem: 6933.71 g; suma cukrów prostych: 642.20 g; Sól: 30.92 g; Błonnik pokarmowy: 465.10 g;		

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-11-30 niedziela	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z chrzanem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z chrzanem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z chrzanem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z chrzanem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ćwikła z chrzanem 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmkosowany 40 g (GLU, SOJ) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki orkiszowe na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salata (liść) 10 g Ćwikła z jabłkiem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Wafle kukurydziane 3 szt								Wafle kukurydziane 3 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml				Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Dynia duszona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Dynia duszona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 500 ml (GLU, SEL)	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 200 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 90 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P						Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Sok pomidorowy 200 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rozszponka 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 40 g (MLE) Rozszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Rozszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 40 g (MLE) Marchew baby gotowana 50 g Rozszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 40 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Rozszponka 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 40 g (MLE) Rozszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem truskawkowy 30 g Rzodkiewka 50 g Rozszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem truskawkowy 30 g Rzodkiewka 50 g Rozszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa zmkosowana 40 g (GLU, SOJ) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Salata (liść) 10 g Rzodkiewka 30 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Ph	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt					Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z twarogiem (30g) i rzodkiewką (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt			
	Wartość en. [kcal]: 2227.88 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 309.33 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2236.24 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 321.74 g; suma cukrów prostych: 75.52 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2246.04 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 322.09 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2314.14 kcal; Białko ogółem: 119.35 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 325.80 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Sól: 5.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2147.13 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 300.62 g; suma cukrów prostych: 25.15 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2336.14 kcal; Białko ogółem: 114.70 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 325.40 g; suma cukrów prostych: 80.08 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 26.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2068.18 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; suma cukrów prostych: 54.19 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;	Wartość en. [kcal]: 1386.33 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 71.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 107.87 g; suma cukrów prostych: 30.45 g; Sól: 2.19 g; Błonnik pokarmowy: 15.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2322.38 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz: 62.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 348.99 g; suma cukrów prostych: 99.88 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.97 g;	Wartość en. [kcal]: 1558.55 kcal; Białko ogółem: 82.00 g; Tłuszcz: 51.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 197.81 g; suma cukrów prostych: 55.38 g; Sól: 3.95 g; Błonnik pokarmowy: 14.82 g;		

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-01 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (2 liście) 20 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Miód 30g 1 szt Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 80 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa grysikowaz mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka zmkisowanaz warzywami 90 g (GLU, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g	Kasza kuskus na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 30 g (MLE) Cwikła z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)					Wafle ryżowe wielozłazmiste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron pszenney świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Makaron pszenney świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wolowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenney świderki 200 g (GLU) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Makaron pszenney świderki 200 g (GLU) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mus jabłkowy 100 g	Zupa marchewkowa 200 ml (GLU, SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron pszenney świderki 200 g (GLU) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml Jabłko pieczone (150g) 1 szt	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU)			Kisiel 200 g		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeni myśliwska 50 g (SOJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Mix sałat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Mix sałat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Dżem 30 g Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmkisowany 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeni myśliwska 30 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
	Ph	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Sok pomidorowy 100 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-01 poniedziałek	Wartość en. [kcal]: 2338.27 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 355.08 g; suma cukrów prostych: 84.95 g; Sól: 5.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2100.84 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 329.64 g; suma cukrów prostych: 86.97 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 15.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2107.05 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 46.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.77 g; Węglowodany ogółem: 329.63 g; suma cukrów prostych: 86.95 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 15.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2086.19 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 49.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 324.78 g; suma cukrów prostych: 83.02 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2252.19 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 25.80 g; Węglowodany ogółem: 338.48 g; suma cukrów prostych: 45.05 g; Sól: 8.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2094.17 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 49.07 g; Kw. tł. nasy.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 326.77 g; suma cukrów prostych: 85.02 g; Sól: 6.04 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2411.84 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; Węglowodany ogółem: 395.18 g; suma cukrów prostych: 80.05 g; Sól: 5.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;	Wartość en. [kcal]: 1825.43 kcal; Białko ogółem: 96.32 g; Tłuszcz: 108.48 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 123.23 g; suma cukrów prostych: 30.89 g; Sól: 1.99 g; Błonnik pokarmowy: 14.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2255.64 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 359.95 g; suma cukrów prostych: 114.63 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 15.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1652.17 kcal; Białko ogółem: 71.49 g; Tłuszcz: 43.17 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 248.87 g; suma cukrów prostych: 70.66 g; Sól: 3.04 g; Błonnik pokarmowy: 10.96 g;
Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Papryka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kalaforowa z mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa zmiśkowana 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmiśkowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 40 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Galaretka owocowa 150g 1 szt				Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Galaretka owocowa 150g 1 szt		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Galaretka owocowa 150g 1 szt
Obiad	Solferino 350 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ryż biały 200 g Dynia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 350 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż brązowy 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ryż biały 200 g Dynia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 350 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Sałata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 500 ml (GLU, SEL)	Solferino 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalafor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Solferino 200 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 90 g (GLU, SEL) Ryż biały 70 g Sałata z sosem vinegret 20 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)			Mus owocowy 100 g	
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Mix sałat 10 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Cukinia pieczona 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Mix sałat 10 g	Barszcz czerwony z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 g (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry zmiśkowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 30 g (RYB, SEL) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-02 wtorek	Pr	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Sok pomidorowy 200 ml	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)		
		Wartość en. [kcal]: 2157.37 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 73.96 g; Kw. tł. nasyc.: 24.97 g; Węglowodany ogółem: 289.32 g; suma cukrów prostych: 60.19 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;	Wartość en. [kcal]: 2126.67 kcal; Białko ogółem: 95.94 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasyc.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 291.88 g; suma cukrów prostych: 58.97 g; Sól: 3.76 g; Błonnik pokarmowy: 18.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2069.67 kcal; Białko ogółem: 100.55 g; Tłuszcz: 65.56 g; Kw. tł. nasyc.: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 278.14 g; suma cukrów prostych: 60.26 g; Sól: 3.74 g; Błonnik pokarmowy: 17.75 g;	Wartość en. [kcal]: 1908.32 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 42.67 g; Kw. tł. nasyc.: 20.44 g; Węglowodany ogółem: 300.15 g; suma cukrów prostych: 65.83 g; Sól: 4.90 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;	Wartość en. [kcal]: 2138.34 kcal; Białko ogółem: 102.11 g; Tłuszcz: 82.41 g; Kw. tł. nasyc.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 267.66 g; suma cukrów prostych: 29.22 g; Sól: 6.26 g; Błonnik pokarmowy: 41.48 g;	Wartość en. [kcal]: 1897.76 kcal; Białko ogółem: 90.80 g; Tłuszcz: 42.64 g; Kw. tł. nasyc.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 298.15 g; suma cukrów prostych: 63.83 g; Sól: 4.84 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;	Wartość en. [kcal]: 1958.20 kcal; Białko ogółem: 79.86 g; Tłuszcz: 61.64 g; Kw. tł. nasyc.: 8.30 g; Węglowodany ogółem: 282.73 g; suma cukrów prostych: 59.85 g; Sól: 4.41 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;	Wartość en. [kcal]: 1446.66 kcal; Białko ogółem: 76.04 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kw. tł. nasyc.: 11.01 g; Węglowodany ogółem: 118.76 g; suma cukrów prostych: 32.33 g; Sól: 1.39 g; Błonnik pokarmowy: 19.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2168.53 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasyc.: 26.50 g; Węglowodany ogółem: 304.98 g; suma cukrów prostych: 77.15 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;	Wartość en. [kcal]: 1463.49 kcal; Białko ogółem: 58.81 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasyc.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 194.41 g; suma cukrów prostych: 43.21 g; Sól: 3.46 g; Błonnik pokarmowy: 12.03 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-03 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Ser topiony 30 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek kanapkowy 40 g (MLE) Dynia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Sałata (liść) 10 g	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek kanapkowy 40 g (MLE) Dynia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek kanapkowy 40 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek kanapkowy 40 g (MLE) Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pasta z warzyw gotowanych 50 g (SEL) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Zupa dyniowa ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 90 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Serek kanapkowy 20 g (MLE) Dynia pieczona z ziołami 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)
	II s	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Wafle ryżowe wielozłarniste 3 szt		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 150 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 150 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie własnym 100 g (GLU) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 200 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Marchew gotowana 80 g Ziemniaki 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml				Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Roszponka 20 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 130 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 40 g (MLE) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Fr	Sok marchwiowy 200 ml				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Sok marchwiowy 200 ml	Koktail bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Sok marchwiowy 200 ml		
		Wartość en. [kcal]: 2310.15 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 80.28 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; suma cukrów prostych: 113.23 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2094.00 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kw. tł. nasy.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; suma cukrów prostych: 87.28 g; Sól: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2077.12 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 48.40 g; Kw. tł. nasy.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 328.22 g; suma cukrów prostych: 104.18 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2046.79 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; suma cukrów prostych: 89.94 g; Sól: 5.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2158.06 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 79.03 g; Kw. tł. nasy.: 34.37 g; Węglowodany ogółem: 296.09 g; suma cukrów prostych: 26.51 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 45.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2053.57 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.30 g; Węglowodany ogółem: 314.71 g; suma cukrów prostych: 91.86 g; Sól: 5.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2031.17 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 10.67 g; Węglowodany ogółem: 292.45 g; suma cukrów prostych: 62.06 g; Sól: 7.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;	Wartość en. [kcal]: 1918.78 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 98.45 g; Kw. tł. nasy.: 16.81 g; Węglowodany ogółem: 139.50 g; suma cukrów prostych: 39.06 g; Sól: 1.83 g; Błonnik pokarmowy: 18.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2388.19 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 328.01 g; suma cukrów prostych: 84.37 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g;	Wartość en. [kcal]: 1465.68 kcal; Białko ogółem: 60.36 g; Tłuszcz: 50.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 202.54 g; suma cukrów prostych: 75.73 g; Sól: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.05 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-04 czwartek	Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Roszponka 10 g	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki żytnie na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II s	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt			Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)		Jabłko pieczone (150g) 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Kotlet mielony wp. opiekany 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Kalaflor gotowany na parze 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 200 ml (SEL) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 100 g Buraczki wiórki z natką i olejem 80 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P						Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)		Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa zmkisowana 40 g (GLU, SOJ) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 50 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pn		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i papryką (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żoł.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-04	czwartek	Wartość en. [kcal]: 2179.65 kcal; Białko ogółem: 108.22 g; Tłuszcz: 61.50 g; Kw. tł. nasyc.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 313.75 g; suma cukrów prostych: 89.96 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2252.44 kcal; Białko ogółem: 114.76 g; Tłuszcz: 65.32 g; Kw. tł. nasyc.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 314.79 g; suma cukrów prostych: 90.22 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2277.86 kcal; Białko ogółem: 114.74 g; Tłuszcz: 66.90 g; Kw. tł. nasyc.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 317.76 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;	Wartość en. [kcal]: 1927.45 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 36.54 g; Kw. tł. nasyc.: 20.63 g; Węglowodany ogółem: 307.00 g; suma cukrów prostych: 89.41 g; Sól: 6.25 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2253.59 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 76.90 g; Kw. tł. nasyc.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; suma cukrów prostych: 51.32 g; Sól: 8.17 g; Błonnik pokarmowy: 45.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2082.10 kcal; Białko ogółem: 106.35 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw. tł. nasyc.: 21.92 g; Węglowodany ogółem: 305.27 g; suma cukrów prostych: 88.23 g; Sól: 6.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2125.91 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 65.60 g; Kw. tł. nasyc.: 10.27 g; Węglowodany ogółem: 291.02 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2077.59 kcal; Białko ogółem: 119.49 g; Tłuszcz: 117.14 g; Kw. tł. nasyc.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 143.27 g; suma cukrów prostych: 38.64 g; Sól: 1.80 g; Błonnik pokarmowy: 14.60 g;	Wartość en. [kcal]: 2575.24 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasyc.: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 379.37 g; suma cukrów prostych: 120.07 g; Sól: 6.26 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g;	Wartość en. [kcal]: 1567.73 kcal; Białko ogółem: 85.37 g; Tłuszcz: 53.94 g; Kw. tł. nasyc.: 21.00 g; Węglowodany ogółem: 193.57 g; suma cukrów prostych: 69.38 g; Sól: 3.79 g; Błonnik pokarmowy: 16.43 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-05 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30g 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Dżem 30g 1 szt	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30g 1 szt Sałata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30g 1 szt Sałata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30g 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Kalafiorowa z mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30g 1 szt Sałata (liść) 10 g Marchew baby gotowana 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Wafle kukurydziane 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Sok owocowo-warzywny 100 ml		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Obiad	Krupnik 350 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml				Krupnik 350 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 350 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 350 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik z mięsem i olejem roślinnym 500 g (GLU, SEL)	Krupnik 400 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 200 g (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 50 g (RYB) Ziemniaki 100 g Warzywa po grecku 80 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)			Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml Ćwikła z jabłkiem 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Ćwikła z jabłkiem 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasta z warzyw gotowanych 50 g (SEL) Miód 30g 1 szt Sałata (liść) 10 g Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiękczona z warzywami 90 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pł	Pudding 150g 1 szt (MLE)				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU)	Pudding 150g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Kisiel 150 g		Pudding 150g 1 szt (MLE)
		Wartość en. [kcal]: 2446.88 kcal; Białko ogółem: 70.34 g; Tłuszcz: 67.25 g; Kw. tł. nasyc.: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 404.56 g; suma cukrów prostych: 149.62 g; Sól: 5.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2381.73 kcal; Białko ogółem: 76.08 g; Tłuszcz: 53.99 g; Kw. tł. nasyc.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 409.60 g; suma cukrów prostych: 150.13 g; Sól: 4.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2456.93 kcal; Białko ogółem: 81.74 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasyc.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 416.08 g; suma cukrów prostych: 154.41 g; Sól: 4.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2302.90 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 39.99 g; Kw. tł. nasyc.: 20.00 g; Węglowodany ogółem: 419.37 g; suma cukrów prostych: 148.20 g; Sól: 4.25 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2174.25 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kw. tł. nasyc.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 299.00 g; suma cukrów prostych: 45.06 g; Sól: 6.20 g; Błonnik pokarmowy: 41.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2328.56 kcal; Białko ogółem: 82.23 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasyc.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 370.51 g; suma cukrów prostych: 111.32 g; Sól: 4.54 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2339.74 kcal; Białko ogółem: 71.64 g; Tłuszcz: 63.05 g; Kw. tł. nasyc.: 10.22 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; suma cukrów prostych: 99.54 g; Sól: 4.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1898.33 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 98.58 g; Kw. tł. nasyc.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 159.70 g; suma cukrów prostych: 39.11 g; Sól: 1.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g;	Wartość en. [kcal]: 2244.59 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasyc.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Sól: 6.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;	Wartość en. [kcal]: 1724.32 kcal; Białko ogółem: 48.32 g; Tłuszcz: 44.11 g; Kw. tł. nasyc.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 290.82 g; suma cukrów prostych: 125.19 g; Sól: 2.55 g; Błonnik pokarmowy: 14.34 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-06 sobota	Śniadanie	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa grysikowa 500 ml (GLU, SEL)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa zmiksowana 40 g (GLU, SOJ) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 10 g Dyńia pieczona z ziołami 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Banan (120g) 1 szt		Kefir naturalny 200 ml (MLE)	Banan (120g) 1 szt	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt		Puree bananowe 100 g		Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wołowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wołowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wołowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Klopsik wieprzowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wołowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wołowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 200 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami (mięso wieprzowo-wołowe 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 100 g (GLU) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (GLU, MLE)			Kisiel 200 g		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Jajko gotowane 1 szt Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Mix салат 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor 50 g Mix салат 10 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Mix салат 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmiksowany 40 g (SOJ) Mus jabłkowy 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Mix салат 10 g Pomidor 30 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Fr	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żoł.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-06 sobota	Wartość en. [kcal]: 2339.06 kcal; Białko ogółem: 116.62 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasycc.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 329.79 g; suma cukrów prostych: 89.44 g; Sól: 7.97 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g;	Wartość en. [kcal]: 2269.41 kcal; Białko ogółem: 119.43 g; Tłuszcz: 54.94 g; Kw. tł. nasycc.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 329.67 g; suma cukrów prostych: 88.05 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 21.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2185.55 kcal; Białko ogółem: 113.62 g; Tłuszcz: 56.89 g; Kw. tł. nasycc.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 314.56 g; suma cukrów prostych: 73.79 g; Sól: 5.42 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;	Wartość en. [kcal]: 2046.36 kcal; Białko ogółem: 104.53 g; Tłuszcz: 45.05 g; Kw. tł. nasycc.: 23.36 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; suma cukrów prostych: 85.18 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2120.07 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 63.35 g; Kw. tł. nasycc.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 292.72 g; suma cukrów prostych: 31.39 g; Sól: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 40.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2076.42 kcal; Białko ogółem: 102.85 g; Tłuszcz: 50.15 g; Kw. tł. nasycc.: 25.04 g; Węglowodany ogółem: 312.47 g; suma cukrów prostych: 83.18 g; Sól: 5.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2100.53 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 55.91 g; Kw. tł. nasycc.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 298.90 g; suma cukrów prostych: 61.43 g; Sól: 5.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;	Wartość en. [kcal]: 1962.51 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 113.99 g; Kw. tł. nasycc.: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 132.25 g; suma cukrów prostych: 49.23 g; Sól: 1.37 g; Błonnik pokarmowy: 14.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2112.90 kcal; Białko ogółem: 96.92 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasycc.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 321.81 g; suma cukrów prostych: 107.27 g; Sól: 4.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;	Wartość en. [kcal]: 1508.79 kcal; Białko ogółem: 79.34 g; Tłuszcz: 43.50 g; Kw. tł. nasycc.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 200.82 g; suma cukrów prostych: 65.12 g; Sól: 3.88 g; Błonnik pokarmowy: 16.58 g;
2025-12-07 niedziela	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmkisowana 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL)	Makaron na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)				Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Mus jabłkowy 100 g	
2025-12-07 niedziela	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany panierowany 90 g (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 90 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)				Sok owocowo-warzywny 100 ml	Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)
2025-12-07 niedziela	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Serek wiejski 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Dżem truskawkowy 30 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Puree z marchwi i selera z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek wiejski 30 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 30 g (SOJ, SEL) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięća 13-36 miesięcy
2025-12-07 niedziela	Ph	Wafle ryżowe 3 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortyfikowanego wapniem 200 ml (SOJ)	Sok marchwiowy 200 g	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe 3 szt
		Wartość en. [kcal]: 2142.39 kcal; Białko ogółem: 93.50 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasyc.: 21.20 g; Węglowodany ogółem: 317.50 g; suma cukrów prostych: 58.62 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2160.84 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasyc.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 321.60 g; suma cukrów prostych: 59.96 g; Sól: 7.87 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2107.44 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasyc.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 303.95 g; suma cukrów prostych: 64.16 g; Sól: 8.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2149.92 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasyc.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Sól: 7.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2187.46 kcal; Białko ogółem: 99.25 g; Tłuszcz: 73.23 g; Kw. tł. nasyc.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 302.98 g; suma cukrów prostych: 28.64 g; Sól: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 42.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2149.92 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 59.24 g; Kw. tł. nasyc.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; suma cukrów prostych: 64.58 g; Sól: 7.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2001.14 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kw. tł. nasyc.: 8.22 g; Węglowodany ogółem: 282.91 g; suma cukrów prostych: 56.60 g; Sól: 7.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.55 g;	Wartość en. [kcal]: 1878.03 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 105.56 g; Kw. tł. nasyc.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 145.24 g; suma cukrów prostych: 67.50 g; Sól: 1.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2351.15 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 75.94 g; Kw. tł. nasyc.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 332.75 g; suma cukrów prostych: 85.90 g; Sól: 8.36 g; Błonnik pokarmowy: 21.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1405.63 kcal; Białko ogółem: 54.25 g; Tłuszcz: 45.46 g; Kw. tł. nasyc.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 200.92 g; suma cukrów prostych: 44.03 g; Sól: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 13.38 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość en. [kcal] - Wartość energetyczna[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
Kw. tł. nasyc. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,