

		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 Pakkowata	7 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-22 poniedziałek	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 50 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) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Dyńa pieczona z ziołami 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) Paprykarz 50 g (RYB) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Dyńa 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) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE) Dyńa 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) Połędwica sopocka 50 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 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) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży 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 82% tł. 10 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Połędwica sopocka 50 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) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 150 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Paprykarz 100 g (RYB) Ogórek świeży 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II s	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)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Jabłko pieczone (150g) 1 szt
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 300g 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 300g 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 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 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 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 bez maki 400 ml (SEL) Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) bez maki 180 g (SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana 200 ml (GLU, SEL) Naleśniki z serem 300g 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-warzywny 200 ml	Sok wielowarzywny 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 50 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 50 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 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Ser topiony 50 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 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 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 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 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 zmiękowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Sałata (liść) 10 g Pomidor 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Pn		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)	Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-12-22 poniedziałek		Wartość en. [kcal]: 2289.01 kcal; Białko ogółem: 73.29 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasyc.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 345.15 g; suma cukrów prostych: 130.07 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2065.65 kcal; Białko ogółem: 68.16 g; Tłuszcz: 55.53 g; Kw. tł. nasyc.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 335.64 g; suma cukrów prostych: 129.81 g; Sól: 4.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2159.42 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasyc.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 299.71 g; suma cukrów prostych: 67.98 g; Sól: 4.95 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2072.02 kcal; Białko ogółem: 85.39 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kw. tł. nasyc.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 311.82 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Sól: 4.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2272.20 kcal; Białko ogółem: 90.82 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kw. tł. nasyc.: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 285.85 g; suma cukrów prostych: 34.41 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2099.02 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasyc.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 306.65 g; suma cukrów prostych: 73.45 g; Sól: 4.75 g; Błonnik pokarmowy: 27.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2310.89 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 65.29 g; Kw. tł. nasyc.: 9.30 g; Węglowodany ogółem: 364.65 g; suma cukrów prostych: 62.33 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;	Wartość en. [kcal]: 1303.59 kcal; Białko ogółem: 69.64 g; Tłuszcz: 72.33 g; Kw. tł. nasyc.: 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. nasyc.: 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]: 2062.34 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kw. tł. nasyc.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 274.44 g; suma cukrów prostych: 40.00 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 41.43 g;	Wartość en. [kcal]: 1491.29 kcal; Białko ogółem: 42.78 g; Tłuszcz: 43.14 g; Kw. tł. nasyc.: 19.17 g; Węglowodany ogółem: 241.01 g; suma cukrów prostych: 111.20 g; Sól: 2.55 g; Błonnik pokarmowy: 15.41 g;	
	Śniadanie	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Polędwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Ser topiony 30 g (MLE) 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) Polędwica 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)	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 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 Polędwica miodowa drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 400 ml (GLU, SEL)	Platki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Polędwica miodowa drobiowa zmkisowana 40 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	Platki jaglane na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica miodowa drobiowa 25 g (GLU, SOJ) Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 30 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)		
2025-12-23 wtorek	II ś	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	Salatka wiosenna (sałata, pomidor, rzodkiewka, nasiona słonecznika) 150 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) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g 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 400 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 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 30 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 sałata (10g) 1 szt (GLU, MLE)					Sok marchwiowy 100 ml	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica 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) Polędwica 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) Polędwica 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) Polędwica 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 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (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) Polędwica sopocka 50 (GLU, SOJ, MLE) Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Polędwica sopocka 50 (GLU, SOJ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Polędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 30 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-23 wtorek	Ph	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	Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt
		Wartość en. [kcal]: 2319.35 kcal; Białko ogółem: 98.75 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasyc.: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; suma cukrów prostych: 82.02 g; Sól: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2359.01 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 53.64 g; Kw. tł. nasyc.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 378.87 g; suma cukrów prostych: 82.91 g; Sól: 5.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g;	Wartość en. [kcal]: 2370.51 kcal; Białko ogółem: 105.26 g; Tłuszcz: 55.64 g; Kw. tł. nasyc.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 373.94 g; suma cukrów prostych: 78.83 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 22.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2268.56 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 45.37 g; Kw. tł. nasyc.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 372.52 g; suma cukrów prostych: 81.47 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 19.17 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]: 2268.56 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 45.37 g; Kw. tł. nasyc.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 372.52 g; suma cukrów prostych: 81.47 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 19.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2090.20 kcal; Białko ogółem: 73.40 g; Tłuszcz: 51.45 g; Kw. tł. nasyc.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 347.32 g; suma cukrów prostych: 57.13 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.01 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]: 2039.21 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasyc.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 255.89 g; suma cukrów prostych: 50.59 g; Sól: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 41.33 g;	Wartość en. [kcal]: 1710.28 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 41.96 g; Kw. tł. nasyc.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 261.05 g; suma cukrów prostych: 66.34 g; Sól: 3.49 g; Błonnik pokarmowy: 12.29 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-24 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)			Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Twaróg 50 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU, MLE)	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza manna na wywrze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 1 szt Dżem 30g 1 szt Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Solferino z mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Kasza manna na mleku zmiksowana 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Dżem 80 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g (MLE) Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II ś		Banan (120g) 1 szt			Sok pomidorowy 200 ml	Banan (120g) 1 szt		Puree bananowe 120 g	Puree bananowe 60 g	Sok pomidorowy 200 ml	
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem, jabłkiem i cynamonem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem, jabłkiem i cynamonem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem, jabłkiem i cynamonem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem, jabłkiem i cynamonem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem, jabłkiem i cynamonem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem i jabłkiem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z jabłkiem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL)	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Sos jarzynowy 150 g (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Twaróg 70 g (MLE) Jogurt naturalny 1,5% tł. 25 g (MLE) Makaron bezglutenowy 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 400 ml (SEL) Ryż z mlekiem i jabłkiem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
	P		Kisiel 200 g			Kisiel b/c 200 g	Kisiel b/c 150 g		Maślanka naturalna wło. 1000g 100 ml (MLE)	Maślanka naturalna 200 ml (MLE)		
	Kolacja	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Pasztecik z grzybami 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Filet z dorsza pieczony 80 g (RYB) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Pasztecik z warzywami 1 szt Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Filet z dorsza pieczony 80 g (RYB) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Pasztecik z warzywami 1 szt Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Filet z dorsza gotowany 80 g (RYB) Ciało drożdżowe niskosłodzone 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Pasztecik z warzywami 1 szt Salatka jarzynowa z białkiem jaja i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Filet z dorsza gotowany 80 g (RYB) Ciało drożdżowe niskosłodzone 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 100 g (MLE) Herbata b/c 300 ml Pasztecik z grzybami 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Ciało drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Bułka wrocławska 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Pasztecik z warzywami 1 szt Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Ciało drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Pasztecik z warzywami 1 szt Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Ciało drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mandarynka 1 szt	Zupa gryskowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem zmiksowana 150 g (JAJ, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze zmiksowana 80 g (RYB) Banan puree 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 30 g Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Zwijka z fileta z morskczuka gotowana na parze 80 g (RYB) Herbata b/c 300 ml Mandarynka 1 szt	Barszcz wigilijny 300 ml (GLU) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasztecik z grzybami 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Salatka jarzynowa tradycyjna z jajkiem, groszkiem, ogórkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Filet z dorsza pieczony 80 g (RYB) Makowiec 50 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml Mandarynka 1 szt
	Ł	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)							Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		
		Wartość en. [kcal]: 2646.96 kcal; Białko ogółem: 88.28 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 413.29 g; suma cukrów prostych: 167.56 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2339.78 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 55.67 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 391.56 g; suma cukrów prostych: 159.59 g; Sól: 4.10 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g;	Wartość en. [kcal]: 3193.36 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kw. tł. nasy.: 24.83 g; Węglowodany ogółem: 599.16 g; suma cukrów prostych: 305.14 g; Sól: 4.50 g; Błonnik pokarmowy: 22.91 g;	Wartość en. [kcal]: 3268.16 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 56.08 g; Kw. tł. nasy.: 24.93 g; Węglowodany ogółem: 612.22 g; suma cukrów prostych: 315.76 g; Sól: 4.50 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;	Wartość en. [kcal]: 3585.66 kcal; Białko ogółem: 83.42 g; Tłuszcz: 145.33 g; Kw. tł. nasy.: 77.69 g; Węglowodany ogółem: 502.73 g; suma cukrów prostych: 215.60 g; Sól: 7.50 g; Błonnik pokarmowy: 36.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2857.76 kcal; Białko ogółem: 85.30 g; Tłuszcz: 63.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.87 g; Węglowodany ogółem: 488.60 g; suma cukrów prostych: 208.61 g; Sól: 4.79 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2348.48 kcal; Białko ogółem: 76.25 g; Tłuszcz: 64.18 g; Kw. tł. nasy.: 14.33 g; Węglowodany ogółem: 377.28 g; suma cukrów prostych: 144.62 g; Sól: 4.36 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;	Wartość en. [kcal]: 1351.51 kcal; Białko ogółem: 71.25 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 8.75 g; Węglowodany ogółem: 105.10 g; suma cukrów prostych: 33.23 g; Sól: 1.20 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g;	Wartość en. [kcal]: 2377.64 kcal; Białko ogółem: 79.25 g; Tłuszcz: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 375.40 g; suma cukrów prostych: 134.36 g; Sól: 4.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2045.75 kcal; Białko ogółem: 70.18 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tł. nasy.: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 310.82 g; suma cukrów prostych: 84.93 g; Sól: 6.09 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2626.56 kcal; Białko ogółem: 87.70 g; Tłuszcz: 76.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.67 g; Węglowodany ogółem: 413.35 g; suma cukrów prostych: 167.58 g; Sól: 6.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-25 czwartek	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) 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) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Cwikła z chrzanem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe 40 g	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe 40 g	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia duszona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe 40 g	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia duszona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia duszona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe 40 g	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia duszona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe 40 g	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Dyńia duszona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU) Ciasto piaskowe 40 g	Zupa dyniowa ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab benedyktyński zmiśkowany 60 g (SOJ) Cwikła z jabłkiem zmiśkowana 80 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe namoczone 40 g	Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z zielonego groszku 50 g Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) 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) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Ciasto piaskowe 40 g
	II S			Sok owocowo-warzywny 200 ml		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Sok owocowo-warzywny 100 ml	Sok owocowo-warzywny 200 ml		
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Ziemniaki 200 g Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 150 g Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Ziemniaki 200 g Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Marchew baby gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Ziemniaki 200 g Banan (120g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym zmiśkowana 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Marchew gotowana puree 150 g Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Banan (120g) 2 [Por] x 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Ziemniaki 200 g Pomarańcza 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml		
	P		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	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 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	Kanapka z pieczywa bezglutenowego (50g) z masłem 82%/tł. (10g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Pasztet drobiowy 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Pasztet drobiowy 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 130 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmiśkowany 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry zmiśkowany 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Pasztet drobiowy 50 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Herbata (cukier 10g) 300 ml		
Fr		Sok marchwiowy 200 g					Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Sok marchwiowy 200 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-25 czwartek		Wartość en. [kcal]: 2589.15 kcal; Białko ogółem: 108.52 g; Tłuszcz: 101.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 326.70 g; suma cukrów prostych: 109.05 g; Sól: 6.11 g; Błonnik pokarmowy: 32.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2475.28 kcal; Białko ogółem: 112.55 g; Tłuszcz: 82.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 326.40 g; suma cukrów prostych: 114.08 g; Sól: 6.25 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2677.28 kcal; Białko ogółem: 120.40 g; Tłuszcz: 86.36 g; Kw. tł. nasy.: 30.83 g; Węglowodany ogółem: 363.70 g; suma cukrów prostych: 140.78 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2594.16 kcal; Białko ogółem: 118.17 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.82 g; Węglowodany ogółem: 364.08 g; suma cukrów prostych: 138.34 g; Sól: 6.63 g; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2575.05 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 107.20 g; Kw. tł. nasy.: 36.43 g; Węglowodany ogółem: 310.10 g; suma cukrów prostych: 74.63 g; Sól: 8.46 g; Błonnik pokarmowy: 42.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2710.11 kcal; Białko ogółem: 125.39 g; Tłuszcz: 88.43 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 362.01 g; suma cukrów prostych: 120.66 g; Sól: 6.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2592.54 kcal; Białko ogółem: 115.57 g; Tłuszcz: 100.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.28 g; Węglowodany ogółem: 308.69 g; suma cukrów prostych: 87.44 g; Sól: 5.78 g; Błonnik pokarmowy: 22.43 g;	Wartość en. [kcal]: 1606.33 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 17.10 g; Węglowodany ogółem: 127.07 g; suma cukrów prostych: 38.33 g; Sól: 1.68 g; Błonnik pokarmowy: 17.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2066.34 kcal; Białko ogółem: 24.03 g; Tłuszcz: 61.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.15 g; Węglowodany ogółem: 367.81 g; suma cukrów prostych: 130.07 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2072.32 kcal; Białko ogółem: 2.96 g; Tłuszcz: 89.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.17 g; Węglowodany ogółem: 304.32 g; suma cukrów prostych: 95.65 g; Sól: 5.91 g; Błonnik pokarmowy: 51.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2617.20 kcal; Białko ogółem: 109.03 g; Tłuszcz: 101.56 g; Kw. tł. nasy.: 32.38 g; Węglowodany ogółem: 333.20 g; suma cukrów prostych: 114.96 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g;
Śniadanie		Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (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) Ser żółty 50 g (MLE) Salatka z brokuła got. i mozzarelli z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 50 g Salatka z brokuła got. i mozzarelli z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g (MLE) Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 50 g Cukinia gotowana 100 g Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczycwo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 50 g Salatka z brokuła got. i mozzarelli z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g (MLE) Pomarańcza 1 szt Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczycwo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 50 g Cukinia gotowana 100 g Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 50 g Cukinia gotowana 100 g Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Salatka z brokuła gotowanego z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g Pomarańcza 1 szt Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Zupa gryskowaz mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU, MLE) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica sopocka zmkisowana 60 g (GLU, SOJ, MLE) Mus jablkowy 100 g Ciasto drożdżowe namoczone 40 g (GLU, JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczycwo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z pieczonego bakłażana 100 g Salata (liść) 10 g Pomarańcza 1 szt Herbata b/c 300 ml Serek Bieluch naturalny 40 g	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salatka z brokuła got. i mozzarelli z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g (MLE) Pomarańcza 1 szt Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)
	II S			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	Maślanka naturalna 200 ml (MLE)	Maślanka naturalna 200 ml (MLE)			Maślanka naturalna 100 ml (MLE)	Maślanka naturalna 200 ml (MLE)		
2025-12-26 piątek	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Marchewka z groszkiem na ciepło 150 g (GLU, MLE) Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw 130 g (JAJ) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g	Rosół z makaronem 500 ml (GLU, JAJ, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g	Zupa ziemniaczana zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g	Zupa ziemniaczana zmkisowana 400 ml (GLU, SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Marchew gotowana puree 150 g Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy opiekany 140 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml
				Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	Kisiel 150 g			Kisiel 200 g	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	
Koleja		Pieczywo pszenne 80 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Salata (liść) 10 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Dżem 30g 1 szt Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Bułka wrocławska namoczona 130 g (GLU, MLE) Margaryna 62% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmkisowany 60 g (GLU, SOJ) Puree z brokuła 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczycwo bezglutenowe 130 g Margaryna 62% tł. 15 g (SOJ) Pieczeń myśliwska 60 g (SOJ) Mix salat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml Salatka z brokuła got. i mozzarelli z dipem pomidorowo-bazyliowym 150 g (MLE)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-26 piątek	Ē	Sok pomidorowy 200 ml						Sok pomidorowy 100 ml		Sok pomidorowy 200 ml		
		Wartość en. [kcal]: 2553.70 kcal; Białko ogółem: 118.44 g; Tłuszcz: 80.76 g; Kw. tł. nasy.: 31.76 g; Węglowodany ogółem: 3051.55 g; suma cukrów prostych: 119.09 g; Sól: 149.16 g; Błonnik pokarmowy: 173.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2355.08 kcal; Białko ogółem: 96.10 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.06 g; Węglowodany ogółem: 11766.02 g; suma cukrów prostych: 461.13 g; Sól: 205.58 g; Błonnik pokarmowy: 384.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2467.58 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 11785.05 g; suma cukrów prostych: 478.71 g; Sól: 205.89 g; Błonnik pokarmowy: 384.67 g;	Wartość en. [kcal]: 2558.91 kcal; Białko ogółem: 92.12 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 26.43 g; Węglowodany ogółem: 11819.85 g; suma cukrów prostych: 515.61 g; Sól: 205.12 g; Błonnik pokarmowy: 383.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.40 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.75 g; Węglowodany ogółem: 10666.39 g; suma cukrów prostych: 395.69 g; Sól: 232.83 g; Błonnik pokarmowy: 1701.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2447.08 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 76.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.67 g; Węglowodany ogółem: 11782.10 g; suma cukrów prostych: 478.66 g; Sól: 205.88 g; Błonnik pokarmowy: 382.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2135.64 kcal; Białko ogółem: 83.08 g; Tłuszcz: 68.99 g; Kw. tł. nasy.: 12.46 g; Węglowodany ogółem: 11519.07 g; suma cukrów prostych: 450.23 g; Sól: 205.11 g; Błonnik pokarmowy: 387.30 g;	Wartość en. [kcal]: 2097.07 kcal; Białko ogółem: 99.00 g; Tłuszcz: 111.42 g; Kw. tł. nasy.: 16.44 g; Węglowodany ogółem: 184.79 g; suma cukrów prostych: 35.07 g; Sól: 2.50 g; Błonnik pokarmowy: 20.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2282.61 kcal; Białko ogółem: 92.13 g; Tłuszcz: 70.14 g; Kw. tł. nasy.: 24.76 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; suma cukrów prostych: 108.33 g; Sól: 7.17 g; Błonnik pokarmowy: 21.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2398.51 kcal; Białko ogółem: 74.32 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.15 g; Węglowodany ogółem: 315.37 g; suma cukrów prostych: 82.02 g; Sól: 5.78 g; Błonnik pokarmowy: 48.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2275.00 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 70.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 333.51 g; suma cukrów prostych: 91.25 g; Sól: 6.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g;
2025-12-27 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) Pieczeń mięśliwska 50 g (SOJ) Ser topiony 50 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) Pasztet 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) Pasztet 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) Ser topiony 50 g (MLE) 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) Pieczeń mięśliwska 50 g (SOJ) Ser topiony 50 g (MLE) 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) Pasztet 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) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) 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 zmiksowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 80 g Herbata b/c 300 ml	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 30 g (GLU, JAJ) 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	
2025-12-27 sobota	Obiad	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Banan (120g) 1 szt	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami i brazowym ryżem 300 g (SEL) Sos koperkowy 80 g (GLU, SEL) Gruszka 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Udko drobiowe gotowane 140 g (GLU) Warzywa parowane 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml (GLU, SEL) Ryż biały 200 g Udko drobiowe gotowane 140 g (GLU) Warzywa parowane 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (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) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (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 wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml (GLU, SEL) Risotto drobiowe z warzywami 300 g (SEL) Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 200 ml (GLU, SEL) Ryż biały 100 g Udło drobiowe gotowane 100 g (GLU) Warzywa parowane 80 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 200 ml (GLU, SEL) Ryż biały 100 g Udło drobiowe gotowane 100 g (GLU) Warzywa parowane 80 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P	Kanaпка z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)						Sok marchwiowy 100 ml				
2025-12-27 sobota	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) 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) Serek wiejski 50 g (MLE) 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) Serek wiejski 50 g (MLE) Cukinia gotowana 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) Serek wiejski 50 g (MLE) Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Serek wiejski 50 g (MLE) 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) Serek wiejski 50 g (MLE) 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) Dżem 30g 1 szt 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 60 g (SOJ, SEL) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL) Ogórek kiszony 50 g Mix salat 20 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasztet drobiowy 30 g (GLU, JAJ) Serek wiejski 50 g (MLE) Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 25 g (SEL) Mix salat 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. wydz. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2025-12-27 sobota	Ph	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z twarogiem (30g) i rzodkiewką (25g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem i z otrębami pszennymi 200 ml (<i>GLU, SOJ</i>)	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)
		Wartość en. [kcal]: 2251.20 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasyc.: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 298.27 g; suma cukrów prostych: 83.03 g; Sól: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g;	Wartość en. [kcal]: 2116.38 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasyc.: 24.58 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; suma cukrów prostych: 82.86 g; Sól: 6.54 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2075.96 kcal; Białko ogółem: 95.14 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasyc.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; suma cukrów prostych: 88.00 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 21.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2284.26 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 70.74 g; Kw. tł. nasyc.: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 326.66 g; suma cukrów prostych: 85.28 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2217.12 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 86.43 g; Kw. tł. nasyc.: 40.97 g; Węglowodany ogółem: 282.32 g; suma cukrów prostych: 40.82 g; Sól: 8.64 g; Błonnik pokarmowy: 42.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2273.93 kcal; Białko ogółem: 92.34 g; Tłuszcz: 70.72 g; Kw. tł. nasyc.: 26.07 g; Węglowodany ogółem: 324.06 g; suma cukrów prostych: 82.95 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.10 g;	Wartość en. [kcal]: 2000.07 kcal; Białko ogółem: 89.39 g; Tłuszcz: 46.29 g; Kw. tł. nasyc.: 8.12 g; Węglowodany ogółem: 310.75 g; suma cukrów prostych: 103.07 g; Sól: 6.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.13 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]: 1700.51 kcal; Białko ogółem: 62.92 g; Tłuszcz: 48.89 g; Kw. tł. nasyc.: 19.36 g; Węglowodany ogółem: 242.89 g; suma cukrów prostych: 47.79 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 33.16 g;	Wartość en. [kcal]: 1573.87 kcal; Białko ogółem: 57.27 g; Tłuszcz: 61.26 g; Kw. tł. nasyc.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 201.00 g; suma cukrów prostych: 66.77 g; Sól: 4.16 g; Błonnik pokarmowy: 14.80 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-12-28 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) Sałata (liść) 10 g Cwikła 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) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (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) Cwikła z jabłkiem 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) Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Cwikła z chrzanem 50 g Sałata (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) Cwikła z jabłkiem 50 g Sałata (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) Cwikła z chrzanem 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	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 zmiaskowany 40 g (GLU, SOJ) Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Maślanka naturalna 200 ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	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) Sałata (liść) 10 g Cwikła z jabłkiem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Wafle kukurydziane 3 szt							Wafle kukurydziane 3 szt	Wafle kukurydziane 3 szt		
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Kotlet de volaille 90 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Kotlet de volaille 90 g (GLU, JAJ, MLE) Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Dynia duszona 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Dynia duszona 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 500 ml (GLU, SEL)	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 90 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa grysikowa 200 ml (GLU, SEL) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 90 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (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 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) Twaróg 40 g (MLE) Roszponka 10 g Marchew baby gotowana 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 50 g (MLE) Roszponka 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) Roszponka 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) Rzodkiewka 50 g Roszponka 10 g Herbata b/c 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 Roszponka 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) Roszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem truskawkowy 30 g Rzodkiewka 50 g Roszponka 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 zmiaskowana 40 g (GLU, SOJ) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych 100 g (SEL) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Śliwka (50g) 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Twaróg 30 g (MLE) Sałata (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		Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt
		Wartość en. [kcal]: 2187.66 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 314.12 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; Sól: 8.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;	Wartość en. [kcal]: 2184.31 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 55.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 322.28 g; suma cukrów prostych: 75.80 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2194.11 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 24.08 g; Węglowodany ogółem: 322.63 g; suma cukrów prostych: 76.11 g; Sól: 7.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;	Wartość en. [kcal]: 2187.66 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 58.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 314.12 g; suma cukrów prostych: 68.35 g; Sól: 8.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;	Wartość en. [kcal]: 2262.21 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 61.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.25 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; suma cukrów prostych: 80.36 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2284.21 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 325.94 g; suma cukrów prostych: 80.36 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2016.25 kcal; Białko ogółem: 88.31 g; Tłuszcz: 54.54 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 304.22 g; suma cukrów prostych: 54.47 g; Sól: 7.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.07 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]: 2270.45 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 349.53 g; suma cukrów prostych: 100.16 g; Sól: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;	Wartość en. [kcal]: 2004.07 kcal; Białko ogółem: 72.17 g; Tłuszcz: 78.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 244.08 g; suma cukrów prostych: 30.09 g; Sól: 8.33 g; Błonnik pokarmowy: 43.16 g;	Wartość en. [kcal]: 1477.68 kcal; Białko ogółem: 77.36 g; Tłuszcz: 44.36 g; Kw. tł. nasy.: 21.36 g; Węglowodany ogółem: 199.16 g; suma cukrów prostych: 56.44 g; Sól: 4.32 g; Błonnik pokarmowy: 15.00 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-12-29 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Hummus 50 g Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Marchew gotowana w plastrach 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Cukinia gotowana 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) Hummus 50 g Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Platki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 60 g (GLU, SOJ) Cukinia gotowana 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Hummus 50 g Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa grysikowa 500 ml (GLU, SEL)	Platki jęczmienne na mleku zmkisowane 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Herbata b/c 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Hummus 80 g Ogórek świeży 80 g Pomarańcza 0,5 szt Herbata b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 150 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt			Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt		Puree bananowe 100 g	Sok wielowarzywny 200 ml	Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 150 g (MLE)	Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi drobno starta 130 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Puree z brokuła 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g (GLU) Ziemniaki 100 g Marchew gotowana 80 g Kompot wielowocowy (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)			Kisiel 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (MLE)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Białko jajka gotowanego 1 szt Serek kanapkowy 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g (MLE) Dyńia duszona z olejem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Mix sałat 10 g	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Mix sałat 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor bez skóry zmkisowany 500 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek Almette 40 g (MLE) Sałata (2 liście) 20 g Rzodkiewka 100 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 30 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Ph	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	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 Pakowata	7 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-12-29 poniedziałek		Wartość en. [kcal]: 2158.17 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 72.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 301.50 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Sól: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.60 g;	Wartość en. [kcal]: 2157.30 kcal; Białko ogółem: 98.01 g; Tłuszcz: 63.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; suma cukrów prostych: 84.55 g; Sól: 5.46 g; Błonnik pokarmowy: 27.98 g;	Wartość en. [kcal]: 2156.30 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 63.80 g; Kw. tł. nasy.: 26.60 g; Węglowodany ogółem: 306.57 g; suma cukrów prostych: 83.25 g; Sól: 5.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2023.67 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 49.19 g; Kw. tł. nasy.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 302.35 g; suma cukrów prostych: 81.80 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;	Wartość en. [kcal]: 2272.56 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 98.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 280.00 g; suma cukrów prostych: 42.19 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 43.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2050.87 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 60.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 296.87 g; suma cukrów prostych: 79.31 g; Sól: 5.38 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2089.69 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 282.16 g; suma cukrów prostych: 62.31 g; Sól: 6.22 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;	Wartość en. [kcal]: 1962.51 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 113.99 g; Kw. tł. nasy.: 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]: 2292.66 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 80.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.24 g; Węglowodany ogółem: 308.35 g; suma cukrów prostych: 103.32 g; Sól: 6.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2148.58 kcal; Białko ogółem: 75.40 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 268.10 g; suma cukrów prostych: 54.45 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 43.49 g;	Wartość en. [kcal]: 1479.19 kcal; Białko ogółem: 68.30 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 179.80 g; suma cukrów prostych: 62.92 g; Sól: 3.10 g; Błonnik pokarmowy: 14.81 g;	
2025-12-30 wtorek	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 makreli 50 g (JAJ, RYB, SEL) 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) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) 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) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Schab pieczony 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g (SOJ) 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) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Wafle ryżowe 3 szt	Pieczycwo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) 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) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Schab pieczony 50 g (SOJ) 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 60 g (SOJ) Pomidor bez skóry zmiksowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 60 g (SOJ) Roszponka 20 g Papryka 80 g Herbata b/c 300 ml	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) 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) Schab pieczony 30 g (SOJ) Pomidor bez skóry 40 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)					Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Puree bananowe 100 g		Biszkopty 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) 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 Coleslaw 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 400 ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska bez maki 90 g (JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 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) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Ogórek świeży 50 g Mix салат 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Cukinia gotowana 50 g Mix салат 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Mix салат 10 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Cukinia gotowana 50 g Mix салат 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Ogórek świeży 50 g Mix салат 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Paszтет z cukinii 50 g (GLU, JAJ) Cukinia gotowana 50 g Mix салат 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Miód wielokwiatowy 30 ml Ogórek świeży 50 g Mix салат 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 zmiksowana z warzywami 90 g (GLU, SOJ) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna mlečka 61% tł. 15 g (MLE) Twaróg 70 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 300 ml	Paszтет z cukinii 30 g (GLU, JAJ) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ) Ogórek świeży 30 g Mix салат 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-12-30 wtorek	Ph	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), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (<i>MLE</i>)
		Wartość en. [kcal]: 2185.19 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasyc.: 26.65 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; suma cukrów prostych: 67.60 g; Sól: 6.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2181.53 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 65.25 g; Kw. tł. nasyc.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 303.71 g; suma cukrów prostych: 67.91 g; Sól: 4.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2190.60 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 65.26 g; Kw. tł. nasyc.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; suma cukrów prostych: 70.06 g; Sól: 4.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2164.57 kcal; Białko ogółem: 113.95 g; Tłuszcz: 60.57 g; Kw. tł. nasyc.: 24.04 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; suma cukrów prostych: 68.10 g; Sól: 5.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.84 g;	Wartość en. [kcal]: 2307.75 kcal; Białko ogółem: 100.91 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kw. tł. nasyc.: 33.82 g; Węglowodany ogółem: 317.07 g; suma cukrów prostych: 35.48 g; Sól: 7.33 g; Błonnik pokarmowy: 43.19 g;	Wartość en. [kcal]: 1977.32 kcal; Białko ogółem: 106.95 g; Tłuszcz: 54.28 g; Kw. tł. nasyc.: 23.41 g; Węglowodany ogółem: 276.48 g; suma cukrów prostych: 67.29 g; Sól: 4.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.12 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]: 1936.73 kcal; Białko ogółem: 85.02 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasyc.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 237.97 g; suma cukrów prostych: 40.74 g; Sól: 4.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.10 g;	Wartość en. [kcal]: 1419.79 kcal; Białko ogółem: 64.16 g; Tłuszcz: 53.70 g; Kw. tł. nasyc.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 176.71 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Sól: 2.84 g; Błonnik pokarmowy: 13.45 g;	
2025-12-31 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Ser topiony 30 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek kanapkowy 40 g (<i>MLE</i>) Dynia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek kanapkowy 30 g (<i>MLE</i>) Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>) Sałata (liść) 10 g	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek kanapkowy 40 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczony razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek kanapkowy 40 g (<i>MLE</i>) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek kanapkowy 40 g (<i>MLE</i>) Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (<i>SEL</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Pasta z warzyw gotowanych 50 g (<i>SEL</i>) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU</i>)	Zupa dyniowa ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (<i>SEL</i>)	Ryż na mleku 350 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 90 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczynwo bezglutenowe 100 g (<i>MLE</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta z zielonego groszku 100 g Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 300 ml Dżem truskawkowy 30 g	Ryż na mleku 200 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek kanapkowy 20 g (<i>MLE</i>) Dynia pieczona z ziołami 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	
	II ś	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt		Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)		
2025-12-31 środa	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany 90 g (<i>GLU, SEL</i>) Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, SEL</i>) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany 90 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>)	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Karkówka w sosie własnym 100 g (<i>GLU</i>) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml (<i>GLU, SEL</i>) Karkówka w sosie własnym 100 g (<i>GLU</i>) Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 200 ml (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, MLE</i>)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)						

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2025-12-31 środa	Kolejca	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml			Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Pasta z warzyw gotowanych 50 g (<i>SEL</i>) Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Dżem 30 g Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 10 g Polewica drobiowa 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Sałata (liść) 10 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (<i>GLU, SEL</i>)	Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 130 g (<i>MLE</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 100 g Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Ser żółty 50 g (<i>MLE</i>) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 40 g (<i>MLE</i>) Dżem 30g 1 szt Pomidor bez skóry 40 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
	Ph	Sok marchwiowy 200 ml				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałata (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Sok marchwiowy 200 ml	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Sok marchwiowy 200 ml			
		Wartość en. [kcal]: 2311.35 kcal; Białko ogółem: 80.32 g; Tłuszcz: 80.30 g; Kw. tł. nasyc.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 333.00 g; suma cukrów prostych: 113.30 g; Sól: 5.63 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2095.20 kcal; Białko ogółem: 84.88 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kw. tł. nasyc.: 22.03 g; Węglowodany ogółem: 315.01 g; suma cukrów prostych: 87.36 g; Sól: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2078.32 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasyc.: 22.51 g; Węglowodany ogółem: 328.44 g; suma cukrów prostych: 104.25 g; Sól: 6.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g;	Wartość en. [kcal]: 1936.62 kcal; Białko ogółem: 76.44 g; Tłuszcz: 46.95 g; Kw. tł. nasyc.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 316.45 g; suma cukrów prostych: 90.77 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 27.11 g;	Wartość en. [kcal]: 2159.26 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz: 79.05 g; Kw. tł. nasyc.: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 296.31 g; suma cukrów prostych: 26.58 g; Sól: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 45.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1943.40 kcal; Białko ogółem: 76.33 g; Tłuszcz: 46.93 g; Kw. tł. nasyc.: 21.01 g; Węglowodany ogółem: 318.23 g; suma cukrów prostych: 92.69 g; Sól: 5.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2029.97 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kw. tł. nasyc.: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 292.24 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Sól: 7.47 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;	Wartość en. [kcal]: 1918.78 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz: 98.45 g; Kw. tł. nasyc.: 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. nasyc.: 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]: 1896.65 kcal; Białko ogółem: 51.31 g; Tłuszcz: 90.66 g; Kw. tł. nasyc.: 33.51 g; Węglowodany ogółem: 222.49 g; suma cukrów prostych: 45.73 g; Sól: 4.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1573.98 kcal; Białko ogółem: 60.67 g; Tłuszcz: 50.19 g; Kw. tł. nasyc.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 229.22 g; suma cukrów prostych: 101.70 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.72 g;
2026-01-01 czwartek	Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Kielbasa krakowska sucha 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Jajko gotowane 1 szt Sałatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (<i>MLE</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<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>) Jajko gotowane 1 szt Sałatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (<i>MLE</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Kielbasa krakowska sucha 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Pieczywo razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Kielbasa krakowska sucha 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL</i>) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<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>) Białko jaja gotowanego 1 szt (<i>JAJ</i>) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (<i>GLU, SEL</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>) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (<i>GLU</i>)	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (<i>GLU, SEL</i>)	Płatki żytnie na mleku 350 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 50 g (<i>GLU, SOJ</i>) Jajko gotowane 1 szt Roszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Maślanka naturalna 200 ml (<i>MLE</i>) Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Pasta z ciecierzycy z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Sałata (liść) 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 300 ml	Płatki żytnie na mleku 200 g (<i>GLU, MLE</i>) Pieczywo pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Filet królewski z indyka 30 g (<i>GLU, SOJ</i>) Jajko gotowane 1 szt Sałatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 50 g (<i>MLE</i>) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	
	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 (<i>MLE</i>)		Jabłko pieczone (150g) 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Kotlet mielony wp. opiekany 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 100 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (<i>SEL</i>) Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 100 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 200 ml (<i>SEL</i>) Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Ziemniaki 100 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (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 Pakowata	7 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-01-01 czwartek	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	Pieczyczo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 40 g (MLE) Papryka 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 40 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Serek wiejski 50 g (MLE) Sałata (2 liście) 20 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Almette 40 g (MLE) Sałatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g (MLE) Herbata b/c 250 ml	Pieczyczo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor 50 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczyczo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem 30g 1 szt Sałatka grecka (sałata, pomidor, oliwa) 100 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczyczo 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	Pieczyczo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Pasta z warzyw gotowanych 100 g (SEL) Sałatka z ogórka kiszzonego 100 g Gruszka 150 g Herbata b/c 300 ml	Pieczyczo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor 30 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Ph	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			Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)
		Wartość en. [kcal]: 2348.38 kcal; Białko ogółem: 118.92 g; Tłuszcz: 74.54 g; Kw. tł. nasyc.: 31.24 g; Węglowodany ogółem: 315.83 g; suma cukrów prostych: 89.91 g; Sól: 6.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2305.37 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 68.26 g; Kw. tł. nasyc.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 316.92 g; suma cukrów prostych: 90.22 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2333.00 kcal; Białko ogółem: 119.63 g; Tłuszcz: 69.87 g; Kw. tł. nasyc.: 26.24 g; Węglowodany ogółem: 319.89 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Sól: 6.10 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;	Wartość en. [kcal]: 1942.81 kcal; Białko ogółem: 103.46 g; Tłuszcz: 38.75 g; Kw. tł. nasyc.: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 307.84 g; suma cukrów prostych: 90.29 g; Sól: 6.52 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2422.32 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kw. tł. nasyc.: 36.08 g; Węglowodany ogółem: 308.46 g; suma cukrów prostych: 51.27 g; Sól: 8.57 g; Błonnik pokarmowy: 45.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2067.60 kcal; Białko ogółem: 104.45 g; Tłuszcz: 52.82 g; Kw. tł. nasyc.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 306.13 g; suma cukrów prostych: 89.11 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;	Wartość en. [kcal]: 2295.04 kcal; Białko ogółem: 104.89 g; Tłuszcz: 67.14 g; Kw. tł. nasyc.: 10.92 g; Węglowodany ogółem: 329.27 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Sól: 5.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 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]: 2238.69 kcal; Białko ogółem: 79.84 g; Tłuszcz: 88.92 g; Kw. tł. nasyc.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 271.89 g; suma cukrów prostych: 51.61 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 46.07 g;	Wartość en. [kcal]: 1652.91 kcal; Białko ogółem: 96.15 g; Tłuszcz: 57.68 g; Kw. tł. nasyc.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 195.67 g; suma cukrów prostych: 71.03 g; Sól: 4.49 g; Błonnik pokarmowy: 16.43 g;
2026-01-02 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) Dżem 30g 1 szt 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)	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 Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo 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)	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) Dżem 30g 1 szt 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) 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)	Pieczyczo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Mix sałat 10 g Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml	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		Sok owocowo-warzywny 200 ml	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-01-02 piątek	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) 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) 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 z kaszą jaglaną 400 g (SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku bez glutenu 150 g (SEL) Jabłko (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 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)	Wafle ryżowe 3 szt	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Ser topiony 50 g (MLE) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Miód 30g 1 szt Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Salata (liść) 10 g Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Miód 30g 1 szt Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Miód 30g 1 szt Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Marchew baby gotowana 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 300 ml Ćwikła z jabłkiem 50 g	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Ćwikła z jabłkiem 50 g Miód 30g 1 szt Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasztet z fasoli czerwonej 50 g (GLU, JAJ) Miód 30g 1 szt Salata (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 bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Salata (liść) 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasztet z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Salata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Miód 30g 1 szt
	Pr	Pudding 150g 1 szt (MLE)				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z serkiem kanapkowym (30g) i rzodkiewką (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Pudding 150g 1 szt (MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Kisiel 150 g		Kiwi (100g) 1 szt	Pudding 150g 1 szt (MLE)
		Wartość en. [kcal]: 2525.56 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 412.96 g; suma cukrów prostych: 149.64 g; Sól: 5.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2736.75 kcal; Białko ogółem: 71.40 g; Tłuszcz: 55.35 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 500.56 g; suma cukrów prostych: 154.50 g; Sól: 4.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2811.95 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 507.04 g; suma cukrów prostych: 158.77 g; Sól: 4.57 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2633.55 kcal; Białko ogółem: 73.30 g; Tłuszcz: 41.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.22 g; Węglowodany ogółem: 505.33 g; suma cukrów prostych: 147.07 g; Sól: 4.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;	Wartość en. [kcal]: 2252.67 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 82.68 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 308.05 g; suma cukrów prostych: 45.94 g; Sól: 6.33 g; Błonnik pokarmowy: 44.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2729.97 kcal; Białko ogółem: 71.50 g; Tłuszcz: 55.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 498.78 g; suma cukrów prostych: 152.58 g; Sól: 4.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2401.94 kcal; Białko ogółem: 77.14 g; Tłuszcz: 64.75 g; Kw. tł. nasy.: 10.69 g; Węglowodany ogółem: 388.40 g; suma cukrów prostych: 97.60 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g;	Wartość en. [kcal]: 1898.33 kcal; Białko ogółem: 103.52 g; Tłuszcz: 98.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; suma cukrów prostych: 39.11 g; Sól: 1.67 g; Błonnik pokarmowy: 21.02 g;	Wartość en. [kcal]: 2250.44 kcal; Białko ogółem: 94.17 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; suma cukrów prostych: 86.60 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;	Wartość en. [kcal]: 2115.00 kcal; Białko ogółem: 70.54 g; Tłuszcz: 74.62 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 291.78 g; suma cukrów prostych: 53.10 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 46.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2098.94 kcal; Białko ogółem: 47.02 g; Tłuszcz: 45.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.44 g; Węglowodany ogółem: 382.84 g; suma cukrów prostych: 130.40 g; Sól: 2.69 g; Błonnik pokarmowy: 15.35 g;
2026-01-03 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) Ser żółty 50 g (MLE) 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) Twaróg 50 g (MLE) Dynia 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) Twaróg 50 g (MLE) Roszponka 10 g Dynia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 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) Twaróg 50 g (MLE) Dynia 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) Twaróg 50 g (MLE) 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) Twaróg 50 g (MLE) Dynia 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) Miód 30g 1 szt 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 zmiękczona 40 g (GLU, SOJ) Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Masłanka naturalna 200 ml (MLE) Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 60 g Roszponka 10 g Papryka 50 g Herbata b/c 250 ml	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) Twaróg 50 g (MLE) Roszponka 10 g Dynia pieczona z ziołami 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, 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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
II S	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-jarzynyowy z pomidorami 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-jarzynyowy z pomidorami 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 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	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynyowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g 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 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	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynyowy z pomidorami 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-jarzynyowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g (GLU, SEL) Makaron bezglutenowy 200 g Ogórek kiszony plastry 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Kalafiorowa 200 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzynyowy z pomidorami 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 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 z miksowany 40 g (SOJ) Mus jabłkowy 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Jabłko (150g) 1 szt Herbata b/c 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
	Ph	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		Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)
	Wartość en. [kcal]: 2423.73 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasycc.: 37.23 g; Węglowodany ogółem: 326.39 g; suma cukrów prostych: 94.42 g; Sól: 84.78 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;	Wartość en. [kcal]: 2260.74 kcal; Białko ogółem: 124.94 g; Tłuszcz: 55.44 g; Kw. tł. nasycc.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 503.56 g; suma cukrów prostych: 246.87 g; Sól: 10.49 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g;	Wartość en. [kcal]: 2176.88 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 57.39 g; Kw. tł. nasycc.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 488.45 g; suma cukrów prostych: 232.61 g; Sól: 10.75 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2011.13 kcal; Białko ogółem: 113.73 g; Tłuszcz: 40.94 g; Kw. tł. nasycc.: 22.27 g; Węglowodany ogółem: 305.61 g; suma cukrów prostych: 85.60 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2113.23 kcal; Białko ogółem: 112.69 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasycc.: 32.83 g; Węglowodany ogółem: 469.31 g; suma cukrów prostych: 191.36 g; Sól: 12.90 g; Błonnik pokarmowy: 37.99 g;	Wartość en. [kcal]: 2041.19 kcal; Białko ogółem: 112.05 g; Tłuszcz: 46.05 g; Kw. tł. nasycc.: 23.96 g; Węglowodany ogółem: 486.37 g; suma cukrów prostych: 242.01 g; Sól: 10.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2357.70 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasycc.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 373.00 g; suma cukrów prostych: 66.71 g; Sól: 4.67 g; Błonnik pokarmowy: 27.63 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]: 2091.28 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 66.51 g; Kw. tł. nasycc.: 27.50 g; Węglowodany ogółem: 263.85 g; suma cukrów prostych: 40.44 g; Sól: 9.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g;	Wartość en. [kcal]: 1501.96 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 44.06 g; Kw. tł. nasycc.: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 377.41 g; suma cukrów prostych: 225.10 g; Sól: 8.94 g; Błonnik pokarmowy: 14.09 g;
Śniadanie	Makaron na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 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) 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) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) 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 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 z miksowana 40 g Pomidor bez skóry z miksowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE) Szynka miodowa z indyka 60 g (SOJ, SEL)	Pieczywo bezglutenowe 130 g Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Salata (2 liście) 20 g Salatka jarzynowa z białkiem i jabłkiem 150 g (JAJ, SEL) Herbata b/c 300 ml Kefir naturalny 200 ml (MLE)	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)

	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 Bezglutenowa	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
II ś	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)				Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Mus jabłkowy 100 g			Ciasto drożdżowe 40 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>)
Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy panierowany 90 g (<i>GLU, JAJ</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 (<i>GLU, SEL</i>)	Rosół z makaronem 400 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) 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	Banan (120g) 0,5 szt Rosół 400 ml (<i>SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml (<i>GLU, JAJ, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 90 g (<i>GLU, SEL</i>) 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 sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)			Sok owocowo-warzywny 100 ml	Kanapka z bulki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)		
Kolacja	Pieczynko pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Serek wiejski 50 g (<i>MLE</i>) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczynko pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Serek wiejski 50 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka 50 g (<i>SOJ, SEL</i>) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczynko pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka 50 g (<i>SOJ, SEL</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczynko razowe 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Szynkowa extra 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE</i>) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczynko pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka 50 g (<i>SOJ, SEL</i>) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczynko pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Pieczywo razowe 50 g (<i>GLU</i>) Masło roślinne 10 g Dżem truskawkowy 30 g Szynka miodowa z indyka 50 g (<i>SOJ, SEL</i>) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (<i>GLU, SEL</i>)	Pieczynko pszenne 100 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Puree z marchwi i selera z olejem 50 g (<i>SEL</i>) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczynko bezglutenowe 130 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Twaróg 50 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka 60 g (<i>SOJ, SEL</i>) Papryka 80 g Herbata b/c 300 ml	Pieczynko pszenne 50 g (<i>GLU</i>) Masło 82% tł. 10 g (<i>MLE</i>) Serek wiejski 30 g (<i>MLE</i>) Szynka miodowa z indyka 30 g (<i>SOJ, SEL</i>) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
	Pn	Wafle ryżowe 3 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>)	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (<i>GLU, MLE</i>)	Wafle ryżowe 3 szt	Koktajl z jabłka i napoju sojowego fortifikowanego wapniem 200 ml (<i>SOJ</i>)	Sok marchwiowy 200 g	Biszkopty 5 szt (<i>GLU, JAJ</i>)	Jogurt naturalny 1,5% tł. 150 g (<i>MLE</i>)
	Wartość en. [kcal]: 2272.70 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 70.98 g; Kw. tł. nasyc.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 328.98 g; suma cukrów prostych: 58.47 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 26.56 g;	Wartość en. [kcal]: 2157.95 kcal; Białko ogółem: 92.06 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasyc.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 320.91 g; suma cukrów prostych: 59.61 g; Sól: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;	Wartość en. [kcal]: 2104.55 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 62.24 g; Kw. tł. nasyc.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 303.26 g; suma cukrów prostych: 63.81 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 20.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2147.03 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasyc.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 319.78 g; suma cukrów prostych: 64.23 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2317.77 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasyc.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 314.46 g; suma cukrów prostych: 28.48 g; Sól: 9.83 g; Błonnik pokarmowy: 42.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2147.03 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kw. tł. nasyc.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 319.78 g; suma cukrów prostych: 64.23 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1998.26 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nasyc.: 8.21 g; Węglowodany ogółem: 282.22 g; suma cukrów prostych: 56.25 g; Sól: 7.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 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]: 2347.85 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 75.91 g; Kw. tł. nasyc.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 331.96 g; suma cukrów prostych: 85.50 g; Sól: 8.35 g; Błonnik pokarmowy: 21.58 g;	Wartość en. [kcal]: 1951.67 kcal; Białko ogółem: 79.44 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasyc.: 18.97 g; Węglowodany ogółem: 239.04 g; suma cukrów prostych: 44.28 g; Sól: 7.88 g; Błonnik pokarmowy: 38.75 g;	Wartość en. [kcal]: 1403.98 kcal; Białko ogółem: 54.18 g; Tłuszcz: 45.44 g; Kw. tł. nasyc.: 17.76 g; Węglowodany ogółem: 200.52 g; suma cukrów prostych: 43.83 g; Sól: 4.45 g; Błonnik pokarmowy: 13.21 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,