

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żoł.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-16 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Paprykarz 50 g Poledwica sopocka 30 g Ogórek świeży 50 g Rozzponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g Poledwica sopocka 30 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Rozzponka 10 g		Płatki owsiane na mleku 0,5% tł. 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g Poledwica sopocka 30 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Rozzponka 10 g	Pieczycwo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Paprykarz 50 g Poledwica sopocka 30 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Rozzponka 10 g	Płatki owsiane na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g Poledwica sopocka 30 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Rozzponka 10 g	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Paprykarz 50 g Poledwica sopocka 30 g Ogórek świeży 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml Rozzponka 10 g	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml	Płatki owsiane na mleku 350 g Bułka wrocławska 100 g Masło 82% tł. 15 g Poledwica sopocka zmkisowana 60 g Mus jablkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Płatki owsiane na mleku 150 g Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami 30 g Poledwica sopocka 30 g Ogórek świeży 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml Rozzponka 10 g	
	II ś	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Kisiel 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami 350 ml Naleśniki z serem 300g 2 szt Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Naleśniki z serem 300g 2 szt Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g 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 Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g 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 Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g 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 Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g 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	Zupa ziemniaczana 400 ml Gulasz drobiowy gotowany (mięso 80g, sos 100g) 180 g Puree ziemniaczane 200 g Marchew gotowana 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana 200 ml Naleśniki z serem 300g 2 szt 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			Puree bananowe 60 g	Sok owocowo-warzywny 200 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Ser topiony 30 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g		Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 15 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Ser topiony 30 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Jarzynowa z ziemniakami mięsem i olejem 500 ml	Bułka wrocławska 100 g Masło 82% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 100 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Ser topiony 30 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Salata (liść) 10 g	
	Ph	Ciasto drożdżowe 40 g			Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Wafle ryżowe 3 szt	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g		Ciasto drożdżowe 40 g	
		Wartość en. [kcal]: 2108.61 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 58.12 g; Kw. tł. nasyc.: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 345.13 g; suma cukrów prostych: 129.82 g; Sól: 4.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g;	Wartość en. [kcal]: 2147.65 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz: 52.95 g; Kw. tł. nasyc.: 21.70 g; Węglowodany ogółem: 371.16 g; suma cukrów prostych: 166.81 g; Sól: 4.20 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2116.02 kcal; Białko ogółem: 83.09 g; Tłuszcz: 71.19 g; Kw. tł. nasyc.: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 298.69 g; suma cukrów prostych: 67.98 g; Sól: 4.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g;	Wartość en. [kcal]: 2028.62 kcal; Białko ogółem: 79.13 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasyc.: 19.56 g; Węglowodany ogółem: 310.80 g; suma cukrów prostych: 70.45 g; Sól: 4.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2186.80 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 88.56 g; Kw. tł. nasyc.: 37.81 g; Węglowodany ogółem: 285.43 g; suma cukrów prostych: 34.21 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 42.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2120.87 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasyc.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; suma cukrów prostych: 74.06 g; Sól: 4.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2271.29 kcal; Białko ogółem: 63.53 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasyc.: 9.14 g; Węglowodany ogółem: 387.52 g; suma cukrów prostych: 62.33 g; Sól: 4.08 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;	Wartość en. [kcal]: 2090.89 kcal; Białko ogółem: 69.03 g; Tłuszcz: 153.99 g; Kw. tł. nasyc.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 112.91 g; suma cukrów prostych: 34.08 g; Sól: 1.27 g; Błonnik pokarmowy: 15.21 g;	Wartość en. [kcal]: 2424.83 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 77.61 g; Kw. tł. nasyc.: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 341.19 g; suma cukrów prostych: 123.70 g; Sól: 5.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.50 g;	Wartość en. [kcal]: 1554.29 kcal; Białko ogółem: 43.92 g; Tłuszcz: 50.04 g; Kw. tł. nasyc.: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 240.11 g; suma cukrów prostych: 111.50 g; Sól: 3.18 g; Błonnik pokarmowy: 15.41 g;	

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-17 wtorek	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica miodowa drobiowa 50 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g			Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica miodowa drobiowa 50 g Ser topiony 30 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Salata (liść) 10 g	Płatki jaglane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica miodowa drobiowa 50 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło roślinne 10 g Pieczywo razowe 50 g Połędwica miodowa drobiowa 50 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 400 ml Salata (liść) 10 g	Płatki jaglane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Połędwica miodowa drobiowa zmkisowana 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Płatki jaglane na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica miodowa drobiowa 25 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml Salata (liść) 10 g	
	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	Puree bananowe 100 g	Kisiel 150 g		
	Obiad	Zupa zacierkowa 350 ml Klopsik z indyka 90 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa zacierkowa 350 ml Klopsik z indyka 90 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 350 ml Klopsik z indyka 90 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa 350 ml Klopsik z indyka 90 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 200 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Zupa zacierkowa 400 ml Klopsik z indyka 90 g Puree ziemniaczane 200 g Puree z marchwi 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa 200 ml Klopsik z indyka 90 g Sos pomidorowy 100 g Ziemniaki 100 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt			Sok marchwiowy 100 ml	Kisiel 150 g	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Serek Almette 30 g Ogórek kiszony 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Serek Almette 30 g Cukinia pieczona 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml			Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Serek Almette 30 g Ogórek kiszony 50 g Salata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Serek Almette 30 g Cukinia pieczona 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Połędwica sopocka 50 g Ogórek kiszony 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Połędwica sopocka 50 g Mus jabłkowy 100 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Serek Almette 30 g Cukinia pieczona 50 g Salata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pr	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	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml			
	Wartość en. [kcal]: 2035.25 kcal; Bialko ogółem: 98.74 g; Tluszczz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; suma cukrów prostych: 87.82 g; Sól: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2074.91 kcal; Bialko ogółem: 101.86 g; Tluszczz: 53.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 307.71 g; suma cukrów prostych: 88.71 g; Sól: 5.49 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;	Wartość en. [kcal]: 2086.41 kcal; Bialko ogółem: 105.25 g; Tluszczz: 55.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; suma cukrów prostych: 84.63 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;	Wartość en. [kcal]: 2005.25 kcal; Bialko ogółem: 102.36 g; Tluszczz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 307.44 g; suma cukrów prostych: 91.82 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g;	Wartość en. [kcal]: 2072.29 kcal; Bialko ogółem: 102.36 g; Tluszczz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 283.05 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Sól: 8.53 g; Błonnik pokarmowy: 39.83 g;	Wartość en. [kcal]: 2005.25 kcal; Bialko ogółem: 102.36 g; Tluszczz: 45.36 g; Kw. tł. nasy.: 22.73 g; Węglowodany ogółem: 307.44 g; suma cukrów prostych: 91.82 g; Sól: 5.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.28 g;	Wartość en. [kcal]: 1806.10 kcal; Bialko ogółem: 73.39 g; Tluszczz: 51.51 g; Kw. tł. nasy.: 8.11 g; Węglowodany ogółem: 276.16 g; suma cukrów prostych: 62.93 g; Sól: 6.35 g; Błonnik pokarmowy: 32.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2143.10 kcal; Bialko ogółem: 110.39 g; Tluszczz: 143.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 109.29 g; suma cukrów prostych: 39.49 g; Sól: 1.53 g; Błonnik pokarmowy: 13.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2074.23 kcal; Bialko ogółem: 87.74 g; Tluszczz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 320.36 g; suma cukrów prostych: 122.62 g; Sól: 4.57 g; Błonnik pokarmowy: 21.77 g;	Wartość en. [kcal]: 1426.18 kcal; Bialko ogółem: 78.59 g; Tluszczz: 42.02 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 189.89 g; suma cukrów prostych: 72.14 g; Sól: 3.45 g; Błonnik pokarmowy: 12.53 g;	

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-18 środa	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Dżem 30g 1 szt Twarożek z koperkiem 50 g Marchew gotowana w plasterach 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml			Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Hummus 50 g Twarożek z koperkiem 50 g Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Marchew gotowana w plasterach 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Hummus 50 g Dżem 30g 1 szt Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Płatki jęczmienne na mleku zmiśkowane 350 ml Bułka wrocławska 100 g Masło 82% tł. 15 g Twarożek z koperkiem 80 g Puree bananowe 60 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 30 g Dżem 30g 1 szt Ogórek świeży 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml	
	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	Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 350 ml Sos jarzynowy z płatkami drożdżowymi 150 g Makaron pszenny świderki 200 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa ziemniaczana 400 ml Sos jarzynowy z płatkami drożdżowymi 150 g Makaron pszenny świderki 200 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml Sos jarzynowy z płatkami drożdżowymi 150 g Makaron pszenny świderki 200 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml Sos jarzynowy z płatkami drożdżowymi 150 g Makaron pszenny świderki 200 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml Sos jarzynowy zmiśkowany 150 g Puree ziemniaczane 200 g Puree z brokuła 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml Sos jarzynowy z płatkami drożdżowymi 150 g Makaron pszenny świderki 100 g Jabłko gotowane (150g) 1 szt 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			Kisiel 200 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Białko jaja gotowanego 1 szt Serek kanapkowy 50 g Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g Rzodkiewka 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 50 g Dyńia duszona z olejem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Mix sałat 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 1 szt Miód 30g 1 szt Mix sałat 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Bułka wrocławska 100 g Margaryna miękka 61% tł. 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Serek Almette 40 g Pomidor bez skóry zmiśkowany 500 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Serek kanapkowy 30 g Roszponka 20 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
	Pf	Ciasto drożdżowe 40 g			Wafle kukurydziane 3 szt	Kanapka z serkiem kanapkowym i sałatą 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Wafle kukurydziane 3 szt	Ciasto drożdżowe namoczone 40 g		
		Wartość en. [kcal]: 2068.33 kcal; Białko ogółem: 73.56 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasyc.: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 326.68 g; suma cukrów prostych: 77.76 g; Sól: 4.31 g; Błonnik pokarmowy: 28.64 g;	Wartość en. [kcal]: 2243.26 kcal; Białko ogółem: 74.46 g; Tłuszcz: 51.25 g; Kw. tł. nasyc.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 377.65 g; suma cukrów prostych: 125.89 g; Sól: 4.19 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2223.09 kcal; Białko ogółem: 77.30 g; Tłuszcz: 44.30 g; Kw. tł. nasyc.: 22.10 g; Węglowodany ogółem: 384.13 g; suma cukrów prostych: 121.71 g; Sól: 4.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;	Wartość en. [kcal]: 1980.96 kcal; Białko ogółem: 71.45 g; Tłuszcz: 67.73 g; Kw. tł. nasyc.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 283.67 g; suma cukrów prostych: 51.22 g; Sól: 4.23 g; Błonnik pokarmowy: 36.64 g;	Wartość en. [kcal]: 2297.86 kcal; Białko ogółem: 72.59 g; Tłuszcz: 58.43 g; Kw. tł. nasyc.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 376.28 g; suma cukrów prostych: 124.80 g; Sól: 4.12 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2388.35 kcal; Białko ogółem: 48.71 g; Tłuszcz: 49.21 g; Kw. tł. nasyc.: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 445.64 g; suma cukrów prostych: 111.05 g; Sól: 3.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;	Wartość en. [kcal]: 1973.26 kcal; Białko ogółem: 89.11 g; Tłuszcz: 128.54 g; Kw. tł. nasyc.: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 118.95 g; suma cukrów prostych: 36.33 g; Sól: 1.27 g; Błonnik pokarmowy: 14.73 g;	Wartość en. [kcal]: 2187.78 kcal; Białko ogółem: 85.78 g; Tłuszcz: 66.41 g; Kw. tł. nasyc.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 325.92 g; suma cukrów prostych: 105.31 g; Sól: 6.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.25 g;	Wartość en. [kcal]: 1419.44 kcal; Białko ogółem: 42.68 g; Tłuszcz: 38.57 g; Kw. tł. nasyc.: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 227.58 g; suma cukrów prostych: 104.36 g; Sól: 2.17 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 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-19 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z zielonego groszku 50 g Schab pieczony 50 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Paszтет z cukinii 50 g Schab pieczony 50 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Paszтет z cukinii 50 g Schab pieczony 50 g Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Wafle ryżowe 3 szt	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z zielonego groszku 50 g Schab pieczony 50 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Schab pieczony 50 g Paszтет z cukinii 50 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Schab pieczony 50 g Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Schab pieczony zmkisowany 60 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Zacierka na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Schab pieczony 30 g Paszтет z cukinii 30 g Pomidor bez skóry 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml	
	II ś	Biszkopty 5 szt				Wafle ryżowe wielozłazmiste 3 szt	Biszkopty 5 szt		Puree bananowe 100 g		Biszkopty 5 szt
	Obiad	Zupa ogółkowa z ziemniakami 350 ml Pieczeń rzymska 90 g Kasza jęczmienna 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml Pieczeń rżymska 90 g Kasza jęczmienna 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml Klopsik z indyka 90 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ogółkowa z ziemniakami 350 ml Pieczeń rzymska 90 g Kasza jęczmienna 200 g Surówka Coleslaw 130 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml Klopsik z indyka 90 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ogółkowa z ziemniakami 350 ml Pieczeń rzymska 90 g Kasza jęczmienna 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem 500 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml Pieczeń rżymska 90 g Kasza jęczmienna 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 200 ml Pieczeń rzymska 50 g Sos pieczeniowy 50 g Kasza jęczmienna 100 g Buraczki gotowane 80 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzecżka, 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			Sok pomidorowy 100 ml		
Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 50 g Twaróg 50 g Cukinia gotowana 50 g Ogórek świeży 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 50 g Twaróg 50 g Cukinia gotowana 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 50 g Twaróg 50 g Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Mix salat 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 50 g Twaróg 50 g Cukinia gotowana 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 50 g Twaróg 50 g Ogórek świeży 50 g Mix salat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 50 g Twaróg 50 g Cukinia gotowana 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 50 g Miód wielokwiatowy 30 ml Ogórek świeży 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Połędwica drobiowa zmkisowana z warzywami 90 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 30 g Twaróg 30 g Ogórek świeży 30 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Ph	Jogurt owocowy 100g 1 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml	Jogurt naturalny 100g 1 szt		Jogurt owocowy 100g 1 szt	
	Wartość en. [kcal]: 2123.82 kcal; Białko ogółem: 106.75 g; Tłuszcz: 63.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.27 g; Węglowodany ogółem: 295.57 g; suma cukrów prostych: 68.64 g; Sól: 5.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2156.68 kcal; Białko ogółem: 112.03 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; suma cukrów prostych: 68.65 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2165.76 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 306.05 g; suma cukrów prostych: 70.81 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 23.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2031.88 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 295.65 g; suma cukrów prostych: 63.19 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2282.90 kcal; Białko ogółem: 106.26 g; Tłuszcz: 74.53 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 317.18 g; suma cukrów prostych: 36.23 g; Sól: 7.24 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g;	Wartość en. [kcal]: 1952.48 kcal; Białko ogółem: 112.30 g; Tłuszcz: 48.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; suma cukrów prostych: 68.04 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2137.71 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasy.: 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]: 1945.55 kcal; Białko ogółem: 73.24 g; Tłuszcz: 139.40 g; Kw. tł. nasy.: 19.22 g; Węglowodany ogółem: 104.36 g; suma cukrów prostych: 32.93 g; Sól: 1.82 g; Błonnik pokarmowy: 16.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2213.11 kcal; Białko ogółem: 109.32 g; Tłuszcz: 62.22 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 312.75 g; suma cukrów prostych: 83.99 g; Sól: 5.67 g; Błonnik pokarmowy: 23.48 g;	Wartość en. [kcal]: 1403.68 kcal; Białko ogółem: 67.27 g; Tłuszcz: 50.47 g; Kw. tł. nasy.: 20.68 g; Węglowodany ogółem: 176.56 g; suma cukrów prostych: 48.73 g; Sól: 2.79 g; Błonnik pokarmowy: 12.91 g;	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-02-20 piątek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki ryżowe na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g		Płatki ryżowe na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Serek topiony 30 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki ryżowe na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki ryżowe na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Brokułowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki ryżowe na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki ryżowe na mleku 200 g Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml Sałata (liść) 10 g
	II ś	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Kefir naturalny 220ml 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko gotowane (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Mus jabłkowy 100 g		Jabłko pieczone (150g) 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony 350 ml Filet z dorsza smażony 90 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml Pulpet z dorsza 90 g Sos koperkowy 80 g Ziemniaki 200 g Mix салат z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml Pulpet z dorsza 90 g Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml Pulpet z dorsza 90 g Sos koperkowy 80 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml Pulpet z dorsza 90 g Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony 350 ml Pulpet z dorsza 90 g Sos koperkowy 80 g Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z mięsem i olejem 500 ml	Barszcz czerwony 400 ml Pulpet z dorsza 90 g Sos koperkowy 80 g Ziemniaki 200 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony 200 ml Pulpet z dorsza 90 g Sos koperkowy 80 g Ziemniaki 100 g Mix салат z sosem vinegret 20 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt				Sok marchwiowy 100 ml	Sok marchwiowy 100 ml
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Ser topiony 50 g Dżem 30g 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g		Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ciecierzycy z warzywami 40 g Twaróg 50 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Dżem 30g 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Serek wiejski 80 g Puree z cukinii 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Dżem 30g 1 szt Twaróg 30 g Roszponka 10 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Sałata (liść) 10 g
	Pn	Wafle ryżowe 3 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z serem (30g) i sałatą (10g) 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt		Biszkopty namoczone 5 szt		Wafle ryżowe 3 szt
	Wartość en. [kcal]: 2523.84 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasyc.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 409.58 g; suma cukrów prostych: 107.63 g; Sól: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2430.84 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 57.82 g; Kw. tł. nasyc.: 21.85 g; Węglowodany ogółem: 414.46 g; suma cukrów prostych: 110.74 g; Sól: 4.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2357.71 kcal; Białko ogółem: 78.35 g; Tłuszcz: 60.21 g; Kw. tł. nasyc.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 386.23 g; suma cukrów prostych: 106.42 g; Sól: 4.44 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2273.44 kcal; Białko ogółem: 74.23 g; Tłuszcz: 42.24 g; Kw. tł. nasyc.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; suma cukrów prostych: 112.79 g; Sól: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2153.28 kcal; Białko ogółem: 82.48 g; Tłuszcz: 85.91 g; Kw. tł. nasyc.: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 283.15 g; suma cukrów prostych: 36.11 g; Sól: 7.12 g; Błonnik pokarmowy: 42.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2273.44 kcal; Białko ogółem: 74.23 g; Tłuszcz: 42.24 g; Kw. tł. nasyc.: 20.11 g; Węglowodany ogółem: 411.93 g; suma cukrów prostych: 112.79 g; Sól: 4.15 g; Błonnik pokarmowy: 26.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2328.82 kcal; Białko ogółem: 55.37 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasyc.: 10.96 g; Węglowodany ogółem: 406.06 g; suma cukrów prostych: 95.72 g; Sól: 4.88 g; Błonnik pokarmowy: 34.21 g;	Wartość en. [kcal]: 1939.73 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 126.58 g; Kw. tł. nasyc.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 132.27 g; suma cukrów prostych: 50.11 g; Sól: 1.34 g; Błonnik pokarmowy: 15.36 g;	Wartość en. [kcal]: 2209.71 kcal; Białko ogółem: 82.49 g; Tłuszcz: 76.77 g; Kw. tł. nasyc.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 308.05 g; suma cukrów prostych: 97.99 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 20.27 g;	Wartość en. [kcal]: 1876.70 kcal; Białko ogółem: 54.78 g; Tłuszcz: 50.72 g; Kw. tł. nasyc.: 19.37 g; Węglowodany ogółem: 307.31 g; suma cukrów prostych: 93.11 g; Sól: 2.67 g; Błonnik pokarmowy: 15.36 g;	

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy		
2026-02-21 sobota	Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Polędwica drobiowa 50 g Ser żółty 30 g Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Polędwica drobiowa 50 g Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Polędwica drobiowa 50 g Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Pieczwyo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Polędwica drobiowa 50 g Ser żółty 30 g Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Polędwica drobiowa 50 g Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Polędwica drobiowa 40 g Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml	Krupnik z mięsem i olejem roślinnym 500 g	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Polędwica drobiowa 40 g Pomidor bez skóry zmiksowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Biszkopty namoczone 5 szt	Płatki kukurydziane na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Polędwica drobiowa 30 g Paszтет z dyni i kaszy jaglanej 30 g Sałata (liść) 10 g Pomidor bez skóry 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml		
	II ś	Jogurt owocowy 100g 1 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt			Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml	Mus jabłkowy 100 g		Jogurt owocowy 100 g	
	Obiad	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml Risotto drobiowe z warzywami i sosem koperkowym 300 g Marchew baby gotowana 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml Ryż biały 200 g Klopsik z indyka 90 g Marchew baby gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml Risotto drobiowe z warzywami i brązowym ryżem, sosem koperkowym 300 g Cukinia gotowana 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 350 ml Risotto drobiowe z warzywami i sosem koperkowym 300 g Marchew baby gotowana 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami, mięsem i olejem 500 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 400 ml Risotto drobiowe z warzywami 300 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z pomidorami 200 ml Risotto drobiowe z warzywami i sosem koperkowym 0,5 [Por] x 300 g Marchew baby gotowana 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml		
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt	Sok marchwiowy 100 ml					
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Paszтет drobiowy 50 g Serek wiejski 50 g Ogórek kiszony 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g Serek wiejski 50 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g Serek wiejski 50 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g Serek wiejski 50 g Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Paszтет drobiowy 50 g Serek wiejski 50 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g Serek wiejski 50 g Cukinia gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g 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	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Szynka miodowa z indyka zmiksowana 60 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Paszтет drobiowy 30 g Serek wiejski 50 g Surówka z selera i jabłka drobno starta z olejem 25 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Ph	Biszkopty 5 szt				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z twarogiem (30g) i rzodkiewką (25g) 1 szt		Biszkopty 5 szt		Biszkopty namoczone 5 szt		Biszkopty 5 szt	
	Wartość en. [kcal]: 1935.17 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasyc.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 264.06 g; suma cukrów prostych: 66.31 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 23.78 g;	Wartość en. [kcal]: 1893.11 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 50.09 g; Kw. tł. nasyc.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 278.94 g; suma cukrów prostych: 66.91 g; Sól: 6.53 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g;	Wartość en. [kcal]: 1886.10 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 50.04 g; Kw. tł. nasyc.: 22.89 g; Węglowodany ogółem: 276.86 g; suma cukrów prostych: 65.48 g; Sól: 6.57 g; Błonnik pokarmowy: 20.52 g;	Wartość en. [kcal]: 2020.68 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 49.21 g; Kw. tł. nasyc.: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 309.16 g; suma cukrów prostych: 69.16 g; Sól: 6.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;	Wartość en. [kcal]: 1938.31 kcal; Białko ogółem: 94.70 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasyc.: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 250.62 g; suma cukrów prostych: 29.46 g; Sól: 8.48 g; Błonnik pokarmowy: 39.16 g;	Wartość en. [kcal]: 1864.43 kcal; Białko ogółem: 93.85 g; Tłuszcz: 48.03 g; Kw. tł. nasyc.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 274.32 g; suma cukrów prostych: 64.70 g; Sól: 6.50 g; Błonnik pokarmowy: 19.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1862.78 kcal; Białko ogółem: 81.76 g; Tłuszcz: 48.17 g; Kw. tł. nasyc.: 9.12 g; Węglowodany ogółem: 286.89 g; suma cukrów prostych: 79.78 g; Sól: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.57 g;	Wartość en. [kcal]: 1939.63 kcal; Białko ogółem: 73.09 g; Tłuszcz: 125.71 g; Kw. tł. nasyc.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 136.78 g; suma cukrów prostych: 49.04 g; Sól: 1.37 g; Błonnik pokarmowy: 15.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2079.39 kcal; Białko ogółem: 86.17 g; Tłuszcz: 61.46 g; Kw. tł. nasyc.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; suma cukrów prostych: 97.42 g; Sól: 6.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.65 g;	Wartość en. [kcal]: 1280.78 kcal; Białko ogółem: 55.06 g; Tłuszcz: 46.66 g; Kw. tł. nasyc.: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 166.88 g; suma cukrów prostych: 49.97 g; Sól: 4.02 g; Błonnik pokarmowy: 13.06 g;		

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-22 niedziela	Śniadanie	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g Ćwikła z jabłkiem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g		Płatki orkiszowe na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Białko jaja gotowanego 1 szt Szynkowa extra 30 g Ćwikła z chrzanem 50 g Szynkowa extra 30 g Ćwikła z jabłkiem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g Ćwikła z chrzanem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g Ćwikła z jabłkiem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g Ćwikła z chrzanem 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki orkiszowe na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Filet królewski z indyka zmiękswany 40 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Płatki orkiszowe na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Szynkowa extra 30 g Ćwikła z jabłkiem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml Sałata (liść) 10 g	
	II S	Wafle kukurydziane 3 szt								Wafle kukurydziane 3 szt	
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 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 Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g Ziemniaki 200 g Pomidor z koperkiem i oliwą 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g Ziemniaki 200 g Pomidor z koperkiem i oliwą 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa z mięsem i olejem 500 ml	Zupa grysikowa 400 ml Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 180 g Ziemniaki 200 g Fasolka szparagowa gotowana 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 200 ml Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 90 g 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 sałatą (10g) 1 szt		Sok pomidorowy 200 ml				
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Ser żółty 30 g Roszponka 10 g Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Twaróg 40 g Roszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Twaróg 50 g Roszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Twaróg 40 g Marchew baby gotowana 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Twaróg 40 g Rzodkiewka 50 g Roszponka 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka 50 g Twaróg 40 g Roszponka 10 g Marchew baby gotowana 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Połędwica sopocka 50 g Dżem truskawkowy 30 g Rzodkiewka 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Połędwica sopocka drobiowa zmkisowana 40 g Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 30 g Twaróg 30 g Rzodkiewka 30 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pn	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z twarogiem (30g) i rzodkiewką (25g) 1 szt	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	
		Wartość en. [kcal]: 2227.88 kcal; Białko ogółem: 112.24 g; Tłuszcz: 66.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.37 g; Węglowodany ogółem: 309.33 g; suma cukrów prostych: 69.26 g; Sól: 5.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;	Wartość en. [kcal]: 2236.24 kcal; Białko ogółem: 115.66 g; Tłuszcz: 59.41 g; Kw. tł. nasy.: 26.29 g; Węglowodany ogółem: 321.74 g; suma cukrów prostych: 75.52 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2246.04 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 59.46 g; Kw. tł. nasy.: 26.32 g; Węglowodany ogółem: 322.09 g; suma cukrów prostych: 75.83 g; Sól: 5.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2200.70 kcal; Białko ogółem: 127.39 g; Tłuszcz: 51.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.12 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; suma cukrów prostych: 77.04 g; Sól: 5.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2147.13 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 300.62 g; suma cukrów prostych: 25.15 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 43.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2217.39 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 59.43 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 318.16 g; suma cukrów prostych: 77.04 g; Sól: 5.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2068.18 kcal; Białko ogółem: 93.15 g; Tłuszcz: 58.33 g; Kw. tł. nasy.: 12.23 g; Węglowodany ogółem: 303.69 g; suma cukrów prostych: 54.19 g; Sól: 5.54 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g;	Wartość en. [kcal]: 1950.04 kcal; Białko ogółem: 84.74 g; Tłuszcz: 134.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 108.09 g; suma cukrów prostych: 30.53 g; Sól: 2.19 g; Błonnik pokarmowy: 15.72 g;	Wartość en. [kcal]: 2323.58 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.97 g; Węglowodany ogółem: 349.21 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;	Wartość en. [kcal]: 1502.45 kcal; Białko ogółem: 79.67 g; Tłuszcz: 46.25 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 198.68 g; suma cukrów prostych: 56.23 g; Sól: 3.52 g; Błonnik pokarmowy: 14.72 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-23 poniedziałek	Śniadanie	Kasza kuskus na mleku 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 50 g Serek wiejski 50 g Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Zupa grysikowaz mięsem i olejem roślinnym 500 ml Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Poledwica sopocka zmkisowanaz warzywami 90 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Cwikla z jabłkiem 80 g Sałata (liść) 10 g	Kasza kuskus na mleku 200 g Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica sopocka 30 g Serek wiejski 30 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml Sałata (liść) 10 g	
	II S	Ciasto drożdżowe 40 g				Wafle ryżowe wielozłazniste 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Biszkopty 5 szt	Ciasto drożdżowe 40 g			
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml Ziemniaki 200 g Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Ogórek kiszony plastery 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml Ziemniaki 200 g Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Cukinia gotowana 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml Ziemniaki 200 g Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Cukinia gotowana 60 g	Zupa marchewkowa 350 ml Ziemniaki 200 g Pulpet z indyka 90 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grochowa z ziemniakami 400 ml Ziemniaki 200 g Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Ogórek kiszony plastery 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Pulpet z indyka 90 g Cukinia gotowana 150 g	Zupa marchewkowa 350 ml Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Ziemniaki 200 g Ogórek kiszony plastery 60 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Zupa marchewkowa 400 ml Ziemniaki 200 g Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Mus jabłkowy 100 g	Zupa marchewkowa 200 ml Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 240 g Ziemniaki 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml Cukinia gotowana 60 g	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt			Kisiel 200 g			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Pieczeń myśliwska 50 g Serek kanapkowy 30 g Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Serek kanapkowy 30 g Filet królewski z indyka 50 g Mix sałat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Serek kanapkowy 30 g Mix sałat 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Serek kanapkowy 30 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Serek kanapkowy 30 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Serek kanapkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Filet królewski z indyka 50 g Dżem 30 g Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Filet królewski z indyka zmkisowany 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 30 g Ogórek świeży 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
	Ph	Jogurt naturalny 100g 1 szt				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Sok pomidorowy 200 ml			Jogurt naturalny 100g 1 szt	
		Wartość en. [kcal]: 2322.98 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 74.93 g; Kw. tł. nasyc.: 28.50 g; Węglowodany ogółem: 314.69 g; suma cukrów prostych: 60.04 g; Sól: 7.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;	Wartość en. [kcal]: 2088.70 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasyc.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 290.22 g; suma cukrów prostych: 64.09 g; Sól: 5.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2094.91 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 63.83 g; Kw. tł. nasyc.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; suma cukrów prostych: 64.07 g; Sól: 5.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.96 g;	Wartość en. [kcal]: 1971.38 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 48.70 g; Kw. tł. nasyc.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 294.45 g; suma cukrów prostych: 65.64 g; Sól: 5.76 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2250.03 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 75.45 g; Kw. tł. nasyc.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 302.79 g; suma cukrów prostych: 18.64 g; Sól: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 42.28 g;	Wartość en. [kcal]: 1979.90 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 48.70 g; Kw. tł. nasyc.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 296.57 g; suma cukrów prostych: 67.71 g; Sól: 5.78 g; Błonnik pokarmowy: 19.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2239.09 kcal; Białko ogółem: 78.27 g; Tłuszcz: 60.81 g; Kw. tł. nasyc.: 12.75 g; Węglowodany ogółem: 356.15 g; suma cukrów prostych: 59.58 g; Sól: 7.69 g; Błonnik pokarmowy: 21.61 g;	Wartość en. [kcal]: 1844.63 kcal; Białko ogółem: 97.22 g; Tłuszcz: 108.69 g; Kw. tł. nasyc.: 17.15 g; Węglowodany ogółem: 127.24 g; suma cukrów prostych: 33.56 g; Sól: 2.47 g; Błonnik pokarmowy: 15.97 g;	Wartość en. [kcal]: 2362.05 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasyc.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 348.86 g; suma cukrów prostych: 114.95 g; Sól: 6.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.80 g;	Wartość en. [kcal]: 1441.16 kcal; Białko ogółem: 67.54 g; Tłuszcz: 54.97 g; Kw. tł. nasyc.: 23.04 g; Węglowodany ogółem: 174.49 g; suma cukrów prostych: 47.20 g; Sól: 3.51 g; Błonnik pokarmowy: 10.72 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 żoł.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-24 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Schab benedyktyński 50 g Ser żółty 30 g Papryka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Schab benedyktyński 50 g Twaróg 30 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Schab benedyktyński 50 g Twaróg 50 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczyczo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Schab benedyktyński 50 g Twaróg 50 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml Salata (liść) 10 g	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica miodowa drobiowa 50 g Twaróg 50 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Schab benedyktyński 50 g Dżem truskawkowy 30 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Kalafiorowa z mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Połędwica miodowa drobiowa zmkisowana 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Zacierka na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica drobiowa 30 g Twaróg 30 g Pomidor bez skóry 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml Salata (liść) 10 g	
	II S	Galaretka owocowa 150g 1 szt				Jogurt naturalny 100g 1 szt	Galaretka owocowa 150g 1 szt		Kefir naturalny 220ml 1 szt		Galaretka owocowa 150g 1 szt
	Obiad	Solferino 350 ml Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml Pulpet z indyka 90 g Ryż biały 200 g Dyńia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 350 ml Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g Ryż brązowy 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml Pulpet z indyka 90 g Ryż biały 200 g Dyńia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino 350 ml Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g Ryż biały 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino z miesem i olejem roślinnym 500 ml	Solferino 400 ml Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g Ryż biały 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Solferino 200 ml Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 90 g Ryż biały 70 g Salata z sosem vinegret 20 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt			Mus owocowy 100 g		
	Kolejda	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Mix salat 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor bez skóry 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml		Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor bez skóry 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Ogórek kiszony 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor bez skóry 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor bez skóry 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Mix salat 10 g	Barszcz czerwony z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 100 g Bukiet warzyw gotowanych (kalafior, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 30 g Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Pomidor bez skóry 50 g Mix salat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pn	Ciastka maślane 3 szt		Kefir naturalny 220ml 1 szt		Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82% (5g) z wędliną drobiową (30g) i pomidorem (20g) 1 szt	Kefir naturalny 220ml 1 szt	Sok marchwiowy 200 ml		Ciastka maślane 3 szt		
	Wartość en. [kcal]: 2045.21 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 70.82 g; Kw. tł. nasyc.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 270.97 g; suma cukrów prostych: 57.38 g; Sól: 4.95 g; Błonnik pokarmowy: 23.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2010.62 kcal; Białko ogółem: 92.60 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasyc.: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 273.08 g; suma cukrów prostych: 55.77 g; Sól: 3.63 g; Błonnik pokarmowy: 17.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2003.77 kcal; Białko ogółem: 99.42 g; Tłuszcz: 59.68 g; Kw. tł. nasyc.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 276.09 g; suma cukrów prostych: 59.25 g; Sól: 3.77 g; Błonnik pokarmowy: 17.53 g;	Wartość en. [kcal]: 1838.02 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 41.50 g; Kw. tł. nasyc.: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 285.31 g; suma cukrów prostych: 66.13 g; Sól: 4.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2142.59 kcal; Białko ogółem: 102.35 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasyc.: 30.79 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; suma cukrów prostych: 29.81 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 41.60 g;	Wartość en. [kcal]: 1827.47 kcal; Białko ogółem: 90.60 g; Tłuszcz: 41.46 g; Kw. tł. nasyc.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 283.32 g; suma cukrów prostych: 64.13 g; Sól: 4.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2012.54 kcal; Białko ogółem: 78.79 g; Tłuszcz: 61.53 g; Kw. tł. nasyc.: 8.26 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; suma cukrów prostych: 74.64 g; Sól: 3.60 g; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;	Wartość en. [kcal]: 2046.23 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 122.39 g; Kw. tł. nasyc.: 13.30 g; Węglowodany ogółem: 124.98 g; suma cukrów prostych: 50.25 g; Sól: 6.73 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2148.18 kcal; Białko ogółem: 87.58 g; Tłuszcz: 69.08 g; Kw. tł. nasyc.: 25.13 g; Węglowodany ogółem: 309.55 g; suma cukrów prostych: 94.30 g; Sól: 4.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.36 g;	Wartość en. [kcal]: 1290.72 kcal; Białko ogółem: 53.14 g; Tłuszcz: 43.94 g; Kw. tł. nasyc.: 16.65 g; Węglowodany ogółem: 176.38 g; suma cukrów prostych: 40.68 g; Sól: 2.90 g; Błonnik pokarmowy: 11.31 g;	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-02-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 50 g Ser topiony 30 g Rzodkiewka 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Ryż na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 50 g Serek kanapkowy 40 g Dynia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Ryż na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 50 g Serek kanapkowy 30 g Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Ryż na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 50 g Serek kanapkowy 40 g Dynia pieczona z ziołami 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 50 g Serek kanapkowy 40 g Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Ryż na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 50 g Serek kanapkowy 40 g Dynia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 50 g Pasta z warzyw gotowanych 50 g Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml	Zupa dyniowa ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Ryż na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Szynkowa extra 90 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Ryż na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Szynkowa extra 30 g Serek kanapkowy 20 g Dynia pieczona z ziołami 30 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml
	II S	Biszkopty 5 szt		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt	Biszkopty 5 szt	Wafle ryżowe wielozłazniste 3 szt	Biszkopty 5 szt		Wafle ryżowe wielozłazniste 3 szt		Biszkopty 5 szt
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 80g) 180 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml Udziec drobiowy gotowany 150 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 350 ml Udziec drobiowy gotowany 150 g Marchew gotowana 150 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 400 ml Karkówka w sosie własnym 100 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 130 g Ziemniaki 200 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 200 ml Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g Marchew gotowana 80 g Ziemniaki 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Twaróg 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twaróg 50 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g			Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Twaróg 50 g Połędwica drobiowa 50 g Pomidor 50 g Herbata b/c 250 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twaróg 50 g Dżem 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Połędwica drobiowa 50 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Sałata (liść) 10 g	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 130 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Sałata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 15 g Twaróg 40 g Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Sałata (liść) 10 g
Ph	Sok pomidorowy 200 ml				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt	Sok pomidorowy 200 ml					
	Wartość en. [kcal]: 2258.55 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasyc.: 31.47 g; Węglowodany ogółem: 318.22 g; suma cukrów prostych: 98.78 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2041.20 kcal; Białko ogółem: 85.68 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasyc.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 300.01 g; suma cukrów prostych: 72.76 g; Sól: 7.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2024.32 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 48.62 g; Kw. tł. nasyc.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 313.44 g; suma cukrów prostych: 89.65 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;	Wartość en. [kcal]: 1993.99 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasyc.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 298.15 g; suma cukrów prostych: 75.42 g; Sól: 6.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2205.29 kcal; Białko ogółem: 97.91 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasyc.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 292.83 g; suma cukrów prostych: 24.62 g; Sól: 8.10 g; Błonnik pokarmowy: 44.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2001.97 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 54.87 g; Kw. tł. nasyc.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 300.14 g; suma cukrów prostych: 77.41 g; Sól: 6.09 g; Błonnik pokarmowy: 25.94 g;	Wartość en. [kcal]: 1921.62 kcal; Białko ogółem: 73.62 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasyc.: 10.72 g; Węglowodany ogółem: 289.61 g; suma cukrów prostych: 59.32 g; Sól: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 27.73 g;	Wartość en. [kcal]: 1865.98 kcal; Białko ogółem: 127.59 g; Tłuszcz: 98.67 g; Kw. tł. nasyc.: 16.89 g; Węglowodany ogółem: 124.72 g; suma cukrów prostych: 24.54 g; Sól: 2.65 g; Błonnik pokarmowy: 17.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2335.39 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 81.64 g; Kw. tł. nasyc.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 313.22 g; suma cukrów prostych: 69.85 g; Sól: 6.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.07 g;	Wartość en. [kcal]: 1412.88 kcal; Białko ogółem: 61.26 g; Tłuszcz: 50.25 g; Kw. tł. nasyc.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 187.76 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Sól: 5.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.76 g;	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-26 czwartek	Śniadanie	Płatki żytnie na mleku 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml Rozszponka 10 g	Płatki żytnie na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Białko jaja gotowanego 1 szt Pomidor 50 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Białko jaja gotowanego 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Rozszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 50 g Filet królewski z indyka 50 g Jajko gotowane 1 szt Rozszponka 10 g Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Płatki żytnie na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Filet królewski z indyka zmkisowany 40 g Sok marchwiowy 200 ml Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Płatki żytnie na mleku 200 g Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Filet królewski z indyka 30 g Jajko gotowane 1 szt Rozszponka 10 g Pomidor 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml	
	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		Jabłko pieczone (150g) 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml Kotlet mielony wp. opiekany 90 g 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 Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g 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 Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g 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 Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g 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 Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g Ziemniaki 200 g Kalafior gotowany na parze 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 200 ml Pulpet z indyka gotowany w sosie jarzynowym (pulpet 90g, sos 100g) 190 g Ziemniaki 100 g Buraczki wiórki z natką i olejem 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				Ciasto drożdżowe 80 g		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Salatka (2 liście) 20 g Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Pomidor 50 g Salatka (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Połędwica sopocka drobiowa 50 g Salatka grecka (sałata, pomidor, oliwa) 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Połędwica sopocka drobiowa zmkisowana 40 g Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Połędwica sopocka drobiowa 30 g Salatka grecka (sałata, pomidor, ser biały, oliwa) 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Ph		Pudding 150g 1 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i papryką (25g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt Dżem 30g 1 szt	Pudding 150g 1 szt			
		Wartość en. [kcal]: 2385.65 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 57.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 390.95 g; suma cukrów prostych: 119.76 g; Sól: 6.10 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2458.44 kcal; Białko ogółem: 98.26 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 391.99 g; suma cukrów prostych: 120.02 g; Sól: 6.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2483.86 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 62.80 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 394.96 g; suma cukrów prostych: 120.69 g; Sól: 6.09 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g;	Wartość en. [kcal]: 1798.18 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 34.19 g; Kw. tł. nasy.: 19.21 g; Węglowodany ogółem: 299.04 g; suma cukrów prostych: 79.88 g; Sól: 6.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.41 g;	Wartość en. [kcal]: 2253.59 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 76.90 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 306.38 g; suma cukrów prostych: 51.32 g; Sól: 8.17 g; Błonnik pokarmowy: 45.65 g;	Wartość en. [kcal]: 1922.98 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 48.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 297.33 g; suma cukrów prostych: 78.71 g; Sól: 6.19 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g;	Wartość en. [kcal]: 2264.31 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 10.43 g; Węglowodany ogółem: 351.87 g; suma cukrów prostych: 100.49 g; Sól: 5.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;	Wartość en. [kcal]: 2283.59 kcal; Białko ogółem: 102.99 g; Tłuszcz: 113.04 g; Kw. tł. nasy.: 19.32 g; Węglowodany ogółem: 220.47 g; suma cukrów prostych: 68.44 g; Sól: 1.70 g; Błonnik pokarmowy: 14.80 g;	Wartość en. [kcal]: 2781.24 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 70.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 456.57 g; suma cukrów prostych: 149.87 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;	Wartość en. [kcal]: 1773.73 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz: 49.84 g; Kw. tł. nasy.: 18.49 g; Węglowodany ogółem: 270.77 g; suma cukrów prostych: 99.18 g; Sól: 3.70 g; Błonnik pokarmowy: 16.63 g;	

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-02-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Serek topiony 30 g Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Pomidor 50 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa z mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml	Zacierka na mleku 350 ml Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Pasta jajeczna z koperkiem 80 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Zacierka na mleku 200 ml Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g Dżem 30g 1 szt Salata (liść) 10 g Marchew baby gotowana 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml	
	II ś	Ciasto drożdżowe 40 g		Ciasto drożdżowe 40 g Jogurt naturalny 100g 1 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Wafle kukurydziane 3 szt	Ciasto drożdżowe 40 g	Biszkopty 5 szt	Sok owocowo-warzywny 100 ml		Ciasto drożdżowe 40 g
	Obiad	Krupnik 350 g Filet z dorsza gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Krupnik 350 g Filet z dorsza gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 350 g Filet z dorsza gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 350 g Filet z dorsza gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Krupnik 350 g Filet z dorsza gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik z mięsem i olejem roślinnym 500 g	Krupnik 400 g Filet z dorsza gotowany na parze 90 g Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Krupnik 200 g Filet z dorsza gotowany na parze 50 g Ziemniaki 100 g Warzywa po grecku 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt	Ciasto drożdżowe 80 g				
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Ser topiony 50 g Miód 30g 1 szt Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g		Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 50 g Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g Herbata b/c 300 ml Ćwikła z jabłkiem 50 g Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 50 g Miód 30g 1 szt Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło roślinne 10 g Pasta z warzyw gotowanych 50 g Miód 30g 1 szt Ćwikła z jabłkiem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiękczona z warzywami 90 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Twarożek z koperkiem 30 g Miód 30g 1 szt Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Salata (liść) 10 g
	Pn	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt		Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z serkiem kanapkowym (30g) i rzodkiewką (25g) 1 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt		Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt
	Wartość en. [kcal]: 2576.73 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 409.86 g; suma cukrów prostych: 125.12 g; Sól: 5.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.27 g;	Wartość en. [kcal]: 2512.78 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 415.12 g; suma cukrów prostych: 125.71 g; Sól: 4.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;	Wartość en. [kcal]: 2586.78 kcal; Białko ogółem: 99.68 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 25.90 g; Węglowodany ogółem: 421.38 g; suma cukrów prostych: 129.91 g; Sól: 4.63 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;	Wartość en. [kcal]: 2432.75 kcal; Białko ogółem: 96.53 g; Tłuszcz: 44.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.52 g; Węglowodany ogółem: 424.67 g; suma cukrów prostych: 123.70 g; Sól: 4.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.47 g;	Wartość en. [kcal]: 2262.42 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 83.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.79 g; Węglowodany ogółem: 312.35 g; suma cukrów prostych: 47.77 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 43.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2504.80 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 58.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 413.12 g; suma cukrów prostych: 123.71 g; Sól: 4.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.62 g;	Wartość en. [kcal]: 2345.58 kcal; Białko ogółem: 72.99 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.23 g; Węglowodany ogółem: 383.93 g; suma cukrów prostych: 99.54 g; Sól: 4.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.93 g;	Wartość en. [kcal]: 2019.03 kcal; Białko ogółem: 120.42 g; Tłuszcz: 102.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 163.59 g; suma cukrów prostych: 43.91 g; Sól: 1.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2371.14 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.87 g; Węglowodany ogółem: 322.89 g; suma cukrów prostych: 91.40 g; Sól: 6.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;	Wartość en. [kcal]: 1851.57 kcal; Białko ogółem: 65.66 g; Tłuszcz: 48.24 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 296.12 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Sól: 2.70 g; Błonnik pokarmowy: 14.14 g;	

2026-02-28 sobota

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
Śniadanie	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет warzywny 50 g Paszтет z fasoli czerwonej 50 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет warzywny 50 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет warzywny 50 g Roszponka 10 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет warzywny 50 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет z fasoli czerwonej 50 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет warzywny 50 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет z fasoli czerwonej 50 g Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 500 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Poledwica miodowa drobiowa zmkisowana 40 g Dyńia pieczona z ziołami 50 g Paszтет z fasoli czerwonej 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Płatki i otręby pszenne na mleku 200 g Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Poledwica miodowa drobiowa 50 g Paszтет warzywny 50 g Roszponka 10 g Dyńia pieczona z ziołami 40 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml
II S	Banan (120g) 1 szt		Kefir naturalny 200 ml	Banan (120g) 1 szt	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt		Puree bananowe 100 g	Banan (120g) 1 szt	
Obiad	Kalafiorowa 350 ml Sos boloński (mięso wp. 80g) 150 g Makaron pszenny świderki 200 g Cukinia gotowana 60 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Cukinia gotowana 150 g	Zupa marchewkowa 400 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 400 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Cukinia gotowana 150 g	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml Sos mięsno-jarzynowy z pomidorami 150 g Ziemniaki 200 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 200 ml Pulpet mięsno-warzywny 90 g Ziemniaki 200 g Cukinia 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 ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt			Kisiel 200 g		
Kolejca	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Kielbasa krakowska sucha 50 g Jajko gotowane 1 szt Ogórek kiszony 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Schab pieczony 50 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Białko jaja gotowanego 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Schab pieczony 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 50 g Pomidor 50 g Herbata b/c 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Jajko gotowane 1 szt Schab pieczony 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Schab pieczony 50 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Schab pieczony zmkisowany 40 g Mus jabłkowy 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Schab pieczony 30 g Jajko gotowane 1 szt Pomidor 30 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Salata (liść) 10 g
En	Jogurt owocowy 100g 1 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Napój sojowy fortifikowany wapniem 200 ml	Jogurt owocowy 100g 1 szt		
	Wartość en. [kcal]: 2250.28 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 61.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; suma cukrów prostych: 83.04 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 28.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2148.77 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 54.53 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 326.29 g; suma cukrów prostych: 83.50 g; Sól: 6.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2161.71 kcal; Białko ogółem: 104.60 g; Tłuszcz: 58.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 318.06 g; suma cukrów prostych: 77.87 g; Sól: 6.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2124.21 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 50.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.04 g; Węglowodany ogółem: 328.80 g; suma cukrów prostych: 85.56 g; Sól: 6.60 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2126.63 kcal; Białko ogółem: 98.09 g; Tłuszcz: 67.65 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; suma cukrów prostych: 33.53 g; Sól: 8.84 g; Błonnik pokarmowy: 46.87 g;	Wartość en. [kcal]: 2154.27 kcal; Białko ogółem: 97.59 g; Tłuszcz: 55.43 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 326.40 g; suma cukrów prostych: 83.57 g; Sól: 6.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2083.09 kcal; Białko ogółem: 97.08 g; Tłuszcz: 58.14 g; Kw. tł. nasy.: 10.99 g; Węglowodany ogółem: 301.74 g; suma cukrów prostych: 63.58 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.51 g;	Wartość en. [kcal]: 1866.71 kcal; Białko ogółem: 92.91 g; Tłuszcz: 111.30 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 127.37 g; suma cukrów prostych: 41.91 g; Sól: 1.38 g; Błonnik pokarmowy: 15.13 g;	Wartość en. [kcal]: 2017.10 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 49.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 316.93 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Sól: 4.94 g; Błonnik pokarmowy: 22.51 g;	Wartość en. [kcal]: 1670.29 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 47.93 g; Kw. tł. nasy.: 20.06 g; Węglowodany ogółem: 240.52 g; suma cukrów prostych: 69.05 g; Sól: 4.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydż. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-03-01 niedziela	Śniadanie	Makaron na mleku 350 g Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml	Makaron na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml		Makaron na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml	Makaron na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml	Makaron na wywarze jarzynowym 350 ml Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Makaron na mleku 350 g Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Wędlina śniadaniowa drobiowa zmkisowana 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml Szynka miodowa z indyka 60 g	Makaron na mleku 200 g Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml
	II ś	Ciasto drożdżowe 40 g				Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g	Ciasto drożdżowe 40 g	Biskopity 5 szt	Mus jabłkowy 100 g		Ciasto drożdżowe 40 g
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy panierowany 90 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Marchew baby gotowana 100 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana, mięsem i olejem roślinnym 500 ml	Rosół z makaronem 400 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 90 g Ziemniaki 100 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 80 g Kompot wielooowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt			Sok owocowo-warzynny 100 ml	Kisiel 150 g	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g Serek wiejski 50 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Serek wiejski 50 g Szynka miodowa z indyka 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g Twaróg 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo razowe 100 g Masło 82% tł. 10 g Twaróg 50 g Szynka miodowa z indyka 50 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 10 g Twaróg 50 g Szynka miodowa z indyka 50 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Pieczywo razowe 50 g Masło roślinne 10 g Dżem truskawkowy 30 g Szynka miodowa z indyka 50 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Salata (liść) 10 g	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 100 g Masło 82% tł. 15 g Puree z marchwi i selera z olejem 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml Salata (liść) 10 g	Pieczywo pszenne 50 g Masło 82% tł. 10 g Serek wiejski 30 g Szynka miodowa z indyka 30 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Salata (liść) 10 g	
	Pn	Wafle ryżowe 3 szt Dżem 30g 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt Jogurt naturalny 100g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt	Wafle ryżowe 3 szt	Sok marchwiowy 200 ml		Wafle ryżowe 3 szt Dżem 30g 1 szt	
		Wartość en. [kcal]: 2293.70 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 354.83 g; suma cukrów prostych: 95.35 g; Sól: 6.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2312.15 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 358.93 g; suma cukrów prostych: 96.69 g; Sól: 7.86 g; Błonnik pokarmowy: 22.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2105.75 kcal; Białko ogółem: 94.00 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; suma cukrów prostych: 63.89 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 20.89 g;	Wartość en. [kcal]: 2208.23 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 61.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Sól: 7.73 g; Błonnik pokarmowy: 22.86 g;	Wartość en. [kcal]: 2185.77 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 73.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 302.34 g; suma cukrów prostych: 28.36 g; Sól: 10.47 g; Błonnik pokarmowy: 42.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2094.83 kcal; Białko ogółem: 96.73 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; suma cukrów prostych: 68.50 g; Sól: 7.72 g; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;	Wartość en. [kcal]: 1994.23 kcal; Białko ogółem: 74.28 g; Tłuszcz: 61.27 g; Kw. tł. nasy.: 8.35 g; Węglowodany ogółem: 300.21 g; suma cukrów prostych: 51.93 g; Sól: 7.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.64 g;	Wartość en. [kcal]: 1879.23 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 105.58 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 145.46 g; suma cukrów prostych: 67.58 g; Sól: 1.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.81 g;	Wartość en. [kcal]: 2211.15 kcal; Białko ogółem: 83.53 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 341.20 g; suma cukrów prostych: 112.74 g; Sól: 7.39 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g;	Wartość en. [kcal]: 1558.18 kcal; Białko ogółem: 54.59 g; Tłuszcz: 45.66 g; Kw. tł. nasy.: 17.77 g; Węglowodany ogółem: 238.54 g; suma cukrów prostych: 80.90 g; Sól: 4.45 g; Błonnik pokarmowy: 14.11 g;

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,