

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-03-02 poniedziałek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Pasta z ciecierzycy z warzywami 50 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)		Ryz na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Cukinia pieczona zmięksowana 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 200 g (MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Schab benedyktyński 25 g (SOJ) Cukinia pieczona 30 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Kisiel 150 g	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 200 g	Kisiel 150 g	Kisiel 200 g	Kisiel 150 g	Kisiel 200 g	Kisiel 150 g	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Ryż z mlekiem i jabłkiem 300 g (MLE) Sos budyniowy 100 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) Ryż z mlekiem i jabłkiem 300 g (MLE) Sos budyniowy 100 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Ryż z mlekiem i jabłkiem 300 g (MLE) Sos budyniowy 100 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z marchwi i jabłka 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane 140 g Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 300 ml (GLU, SEL) Potrawka drobiowa gotowana z włoszczyzną (mięso 80g, sos 100g) 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana puree 150 g Ziemniaki puree 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Brokułowa z ziemniakami 200 ml (GLU, SEL) Sos budyniowy 100 g (MLE) Ryż z mlekiem i jabłkiem 300 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P				Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt		Puree bananowe 60 g				
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Ser topiony 30 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 30 g (MLE) Surówka z selera z natką pietruszki 50 g (SEL) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 30 g (MLE) Surówka z selera z natką pietruszki 50 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 30 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Dżem truskawkowy 30 g Rzodkiewka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmięksowana z warzywami 100 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Dżem truskawkowy 30 g Surówka z selera z natką pietruszki 30 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Ph	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		
	Wartość en. [kcal]: 1905.65 kcal; Białko ogółem: 68.09 g; Tłuszcz: 60.48 g; Kw. tł. nasytc.: 27.62 g; Węglowodany ogółem: 271.88 g; suma cukrów prostych: 99.95 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;	Wartość en. [kcal]: 1909.62 kcal; Białko ogółem: 89.28 g; Tłuszcz: 51.60 g; Kw. tł. nasytc.: 23.51 g; Węglowodany ogółem: 279.69 g; suma cukrów prostych: 98.95 g; Sól: 4.89 g; Błonnik pokarmowy: 14.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2018.69 kcal; Białko ogółem: 93.17 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasytc.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 283.34 g; suma cukrów prostych: 98.26 g; Sól: 4.80 g; Błonnik pokarmowy: 13.20 g;	Wartość en. [kcal]: 1911.52 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 46.77 g; Kw. tł. nasytc.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 275.27 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Sól: 5.51 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g;	Wartość en. [kcal]: 2081.77 kcal; Białko ogółem: 102.86 g; Tłuszcz: 60.09 g; Kw. tł. nasytc.: 25.01 g; Węglowodany ogółem: 301.97 g; suma cukrów prostych: 54.22 g; Sól: 6.40 g; Błonnik pokarmowy: 40.44 g;	Wartość en. [kcal]: 1979.87 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasytc.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 261.87 g; suma cukrów prostych: 66.40 g; Sól: 5.34 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2025.18 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 57.54 g; Kw. tł. nasytc.: 11.49 g; Węglowodany ogółem: 267.15 g; suma cukrów prostych: 66.50 g; Sól: 4.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1290.75 kcal; Białko ogółem: 71.17 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasytc.: 11.06 g; Węglowodany ogółem: 96.04 g; suma cukrów prostych: 31.33 g; Sól: 1.16 g; Błonnik pokarmowy: 15.51 g;	Wartość en. [kcal]: 1947.89 kcal; Białko ogółem: 97.02 g; Tłuszcz: 60.75 g; Kw. tł. nasytc.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 265.63 g; suma cukrów prostych: 68.62 g; Sól: 6.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.68 g;	Wartość en. [kcal]: 1518.62 kcal; Białko ogółem: 55.88 g; Tłuszcz: 47.25 g; Kw. tł. nasytc.: 21.34 g; Węglowodany ogółem: 222.32 g; suma cukrów prostych: 99.15 g; Sól: 2.82 g; Błonnik pokarmowy: 9.35 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
2026-03-03 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Ser topiony 25 g (MLE) Papryka 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 25 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 25 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 25 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 25 g (MLE) Papryka 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 25 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Miod wielokwiatowy 25 ml Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Barszcz czerwony z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 g (SEL)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica drobiowa zmiiksowana 50 g (GLU, SOJ) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 25 g (GLU, SOJ) Serek kanapkowy 25 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Pudding 150g 1 szt (MLE)				Jabłko (150g) 1 szt	Pudding 150g 1 szt (MLE)	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortifikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Maślanka naturalna 100 ml (MLE)		Pudding 150g 1 szt (MLE)
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 150g, sos 100g) 250 g (SEL) Mix sałat z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 150g, sos 100g) 250 g (SEL) Mix sałat z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 150g, sos 100g) 250 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix sałat z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Udziec drobiowy gotowany 140 g Dyńia duszona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 150g, sos 100g) 250 g (SEL) Mix sałat z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Udziec drobiowy gotowany 140 g Dyńia duszona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 350 ml (SEL) Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 150g, sos 100g) 250 g (SEL) Ziemniaki 200 g Mix sałat z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml (SEL)	Jarzynowa z ziemniakami 30 ml (SEL) Ziemniaki 200 g Udziec drobiowy gotowany zmiiksowany 150 g Brokuły gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami 200 ml (SEL) Ziemniaki 100 g Udziec drobiowy w sosie słodko-kwaśnym (udo 80g, sos 50g) 130 g (SEL) Mix sałat z sosem vinegret 20 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Budyń 200 g (MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Sałata (liść) 10 g Banan (120g) 1 szt Herbata b/c 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Galaretk drobiowa z warzywami 150 g (SEL) Banan (120g) 1 szt Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiiksowana z warzywami 150 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 80 g (SEL) Banan (120g) 0,5 szt Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pi	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 1,5% tł. 100 g (MLE)
		Wartość en. [kcal]: 2494.99 kcal; Białko ogółem: 91.22 g; Tłuszcz: 66.39 g; Kw. tł. nasyc.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 392.94 g; suma cukrów prostych: 127.27 g; Sól: 4.77 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2350.34 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasyc.: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 382.11 g; suma cukrów prostych: 121.31 g; Sól: 4.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.38 g;	Wartość en. [kcal]: 2422.34 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 58.51 g; Kw. tł. nasyc.: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 387.11 g; suma cukrów prostych: 124.11 g; Sól: 4.53 g; Błonnik pokarmowy: 20.58 g;	Wartość en. [kcal]: 2406.69 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 56.44 g; Kw. tł. nasyc.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 388.09 g; suma cukrów prostych: 122.65 g; Sól: 4.59 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2028.41 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 70.07 g; Kw. tł. nasyc.: 29.10 g; Węglowodany ogółem: 274.39 g; suma cukrów prostych: 57.73 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 39.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2519.68 kcal; Białko ogółem: 93.84 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasyc.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 391.62 g; suma cukrów prostych: 127.30 g; Sól: 4.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.49 g;	Wartość en. [kcal]: 2283.45 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 67.84 g; Kw. tł. nasyc.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; suma cukrów prostych: 74.20 g; Sól: 5.55 g; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;	Wartość en. [kcal]: 1860.66 kcal; Białko ogółem: 109.07 g; Tłuszcz: 106.13 g; Kw. tł. nasyc.: 14.30 g; Węglowodany ogółem: 125.32 g; suma cukrów prostych: 52.32 g; Sól: 1.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.74 g;	Wartość en. [kcal]: 2244.60 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; Tłuszcz: 59.11 g; Kw. tł. nasyc.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 314.84 g; suma cukrów prostych: 107.63 g; Sól: 8.29 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;	Wartość en. [kcal]: 1592.06 kcal; Białko ogółem: 53.69 g; Tłuszcz: 41.58 g; Kw. tł. nasyc.: 21.10 g; Węglowodany ogółem: 254.88 g; suma cukrów prostych: 95.54 g; Sól: 2.59 g; Błonnik pokarmowy: 12.37 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	
2026-03-04 środa	Śniadanie	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (JAJ, RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (JAJ, RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 50 g (RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Papryka 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki jaglane na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 100 g (RYB, SEL) Pomidor bez skóry zmkisowany 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 200 ml (MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami bez majonezu (morszczuk, marchew, pietruszka, seler) 30 g (RYB, SEL) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)						Sok owocowo-warzywny 200 ml			Jogurt owocowy 150 g	
	Obiad	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa selerowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Puree ziemniaczane 200 g (MLE) Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) puree 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Potrawka jarzynowa z indykiem (mięso 80, sos 150g) 230 g (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna 200 g (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (kalofer, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)			Kisiel 200 g			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Poledwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem 25 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 60 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Poledwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 30 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml	
Pn	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)		
	Wartość en. [kcal]: 2383.39 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 77.29 g; Kw. tł. nasyc.: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 332.81 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;	Wartość en. [kcal]: 2315.14 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 66.59 g; Kw. tł. nasyc.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 332.60 g; suma cukrów prostych: 62.05 g; Sól: 5.29 g; Błonnik pokarmowy: 22.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2395.44 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 73.64 g; Kw. tł. nasyc.: 27.74 g; Węglowodany ogółem: 337.43 g; suma cukrów prostych: 65.00 g; Sól: 5.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;	Wartość en. [kcal]: 2186.48 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 64.61 g; Kw. tł. nasyc.: 24.50 g; Węglowodany ogółem: 307.14 g; suma cukrów prostych: 64.20 g; Sól: 5.33 g; Błonnik pokarmowy: 20.75 g;	Wartość en. [kcal]: 2117.48 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 72.49 g; Kw. tł. nasyc.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 283.53 g; suma cukrów prostych: 30.82 g; Sól: 5.44 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2259.68 kcal; Białko ogółem: 103.84 g; Tłuszcz: 70.63 g; Kw. tł. nasyc.: 26.13 g; Węglowodany ogółem: 311.95 g; suma cukrów prostych: 67.07 g; Sól: 5.07 g; Błonnik pokarmowy: 19.05 g;	Wartość en. [kcal]: 2332.71 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 72.77 g; Kw. tł. nasyc.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 336.71 g; suma cukrów prostych: 74.32 g; Sól: 5.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.00 g;	Wartość en. [kcal]: 1552.98 kcal; Białko ogółem: 73.27 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kw. tł. nasyc.: 15.91 g; Węglowodany ogółem: 158.68 g; suma cukrów prostych: 50.17 g; Sól: 1.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2474.01 kcal; Białko ogółem: 89.05 g; Tłuszcz: 81.08 g; Kw. tł. nasyc.: 31.80 g; Węglowodany ogółem: 359.69 g; suma cukrów prostych: 106.82 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;	Wartość en. [kcal]: 2050.04 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 69.23 g; Kw. tł. nasyc.: 27.76 g; Węglowodany ogółem: 277.04 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; Sól: 3.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.41 g;		

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wyd. soku żoł.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-03-05 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zacierka na mleku 350 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Filet królewski z indyka zmkisowany 60 g (GLU, SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 30 g Pomidor bez skóry 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II S	Kisiel 150 g		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Kisiel 150 g	Kisiel b/c 150 g	Kisiel 150 g		Kisiel 200 g		Kisiel 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy gotowany w sosie szpinakowym (sos 100g, filet 80g) 180 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Ziemniaki 200 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy na parze 90 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml Ziemniaki 200 g	Barszcz biały z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL, GOR) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy na parze 90 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem 500 ml (GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml Ziemniaki 200 g	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Filet drobiowy w sosie koperkowym (80g mięso, 100g sos) 180 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P						Kiwi (100g) 1 szt	Puree bananowe 60 g			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmkisowana z warzywami 90 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)
	Pn	Kanapka z wędliną drobiową i pomidorem 1 szt (GLU, MLE)			Wafle kukurydziane 3 szt			Kanapka z wędliną drobiową i pomidorem 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z wędliną drobiową i pomidorem 1 szt (GLU, MLE)	
		Wartość en. [kcal]: 2184.33 kcal; Białko ogółem: 92.51 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kw. tł. nasyc.: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; suma cukrów prostych: 70.13 g; Sól: 8.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2099.82 kcal; Białko ogółem: 91.06 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasyc.: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 290.25 g; suma cukrów prostych: 67.97 g; Sól: 8.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2054.98 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasyc.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 285.00 g; suma cukrów prostych: 62.87 g; Sól: 8.56 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2093.31 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 39.37 g; Kw. tł. nasyc.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 351.92 g; suma cukrów prostych: 70.10 g; Sól: 8.25 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1951.73 kcal; Białko ogółem: 74.82 g; Tłuszcz: 62.45 g; Kw. tł. nasyc.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 289.25 g; suma cukrów prostych: 54.69 g; Sól: 7.52 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g;	Wartość en. [kcal]: 1901.34 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 47.05 g; Kw. tł. nasyc.: 25.25 g; Węglowodany ogółem: 284.81 g; suma cukrów prostych: 66.12 g; Sól: 8.93 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;	Wartość en. [kcal]: 1868.47 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 54.07 g; Kw. tł. nasyc.: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 282.30 g; suma cukrów prostych: 52.13 g; Sól: 6.78 g; Błonnik pokarmowy: 18.84 g;	Wartość en. [kcal]: 1405.80 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 73.62 g; Kw. tł. nasyc.: 16.08 g; Węglowodany ogółem: 116.48 g; suma cukrów prostych: 31.82 g; Sól: 2.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.17 g;	Wartość en. [kcal]: 2061.94 kcal; Białko ogółem: 98.85 g; Tłuszcz: 58.02 g; Kw. tł. nasyc.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 296.05 g; suma cukrów prostych: 80.53 g; Sól: 7.82 g; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;	Wartość en. [kcal]: 1651.78 kcal; Białko ogółem: 73.22 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasyc.: 21.53 g; Węglowodany ogółem: 213.85 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Sól: 6.31 g; Błonnik pokarmowy: 18.60 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 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-03-06 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 100 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Jabłko pieczone (150g) 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Roszponka 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Roszponka 10 g Jabłko pieczone (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczyczo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Hummus 50 g Roszponka 10 g Jabłko (150g) 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Jabłko pieczone (150g) 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasztet z kukinii i kaszy jaglanej 80 g (GLU, JAJ) Dżem truskawkowy 30 g Jabłko (150g) 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Jarzynowa z ziemniakami 500 ml (SEL)	Płatki pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek pasta 90 g (MLE) Dżem truskawkowy niskosłodzony 60 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki pszenne na mleku 200 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 40 g (MLE) Dżem 30g 1 szt Jabłko pieczone (150g) 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Sok owocowo-warzywny 200 ml		Koktajl bananowo-mleczny z otrebami pszennymi 200 ml (GLU, MLE)	Sok owocowo-warzywny 200 ml	Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 200 ml	Sok owocowo-warzywny 200 ml		Sok owocowo-warzywny 100 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza smażony 110 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 110 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 110 g (RYB) Ziemniaki 200 g Cukinia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 110 g (RYB) Ziemniaki 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z olejem 120 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 110 g (RYB) Ziemniaki 200 g Cukinia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 110 g (RYB) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z makaronem 400 ml (GLU, SEL)	Pomidorowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze zmiksowany 80 g (RYB) Ziemniaki puree 200 g Puree z brokula 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z makaronem 200 ml (GLU, SEL) Filet z dorsza gotowany na parze 55 g (RYB) Ziemniaki 100 g Brokuly gotowane 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Wafle kukurydziane 3 szt			Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Marchew baby gotowana 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Marchew baby gotowana 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Marchew baby gotowana 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Marchew baby gotowana 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Hummus 100 g Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa dyniowa ziemniakami, mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem i marchewką 100 g (JAJ) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 50 g (MLE) Jajko gotowane 1 szt Sałata (liść) 10 g Marchew baby gotowana 30 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pn	Herbatniki 5 szt (GLU, SOJ, MLE, S02)				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Wafle kukurydziane 3 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt		Herbatniki 5 szt (GLU, SOJ, MLE, S02)	
	Wartość en. [kcal]: 2587.55 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.56 g; Węglowodany ogółem: 385.15 g; suma cukrów prostych: 133.58 g; Sól: 6.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g;	Wartość en. [kcal]: 2938.25 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz: 123.89 g; Kw. tł. nasy.: 69.60 g; Węglowodany ogółem: 379.43 g; suma cukrów prostych: 136.99 g; Sól: 4.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.65 g;	Wartość en. [kcal]: 2344.87 kcal; Białko ogółem: 94.79 g; Tłuszcz: 58.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 371.74 g; suma cukrów prostych: 131.65 g; Sól: 4.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.62 g;	Wartość en. [kcal]: 2255.61 kcal; Białko ogółem: 89.52 g; Tłuszcz: 49.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 378.08 g; suma cukrów prostych: 138.34 g; Sól: 4.50 g; Błonnik pokarmowy: 28.96 g;	Wartość en. [kcal]: 2044.32 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 62.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.41 g; Węglowodany ogółem: 303.72 g; suma cukrów prostych: 62.07 g; Sól: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 40.53 g;	Wartość en. [kcal]: 2257.93 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 48.34 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 385.48 g; suma cukrów prostych: 130.77 g; Sól: 4.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2305.74 kcal; Białko ogółem: 86.85 g; Tłuszcz: 69.00 g; Kw. tł. nasy.: 10.42 g; Węglowodany ogółem: 345.88 g; suma cukrów prostych: 88.04 g; Sól: 4.40 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g;	Wartość en. [kcal]: 1611.26 kcal; Białko ogółem: 90.29 g; Tłuszcz: 84.40 g; Kw. tł. nasy.: 12.59 g; Węglowodany ogółem: 131.87 g; suma cukrów prostych: 49.53 g; Sól: 1.34 g; Błonnik pokarmowy: 18.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2399.00 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 328.39 g; suma cukrów prostych: 117.01 g; Sól: 4.93 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;	Wartość en. [kcal]: 1555.30 kcal; Białko ogółem: 57.73 g; Tłuszcz: 43.03 g; Kw. tł. nasy.: 18.80 g; Węglowodany ogółem: 242.96 g; suma cukrów prostych: 108.26 g; Sól: 2.45 g; Błonnik pokarmowy: 17.17 g;	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-03-07 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30 g Ogórek kiszony 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Dżem 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 100 g (JAJ) Dżem 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Ser topiony 30 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem 30 g Cukinia pieczona 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Ogórek kiszony 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU) Dżem 30 g	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 30 g (JAJ) Puree marchwiowe 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 30 g (JAJ) Dżem 30 g Cukinia pieczona 30 g Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Banan (120g) 1 szt		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Banan (120g) 1 szt	Kefir naturalny 220ml 1 szt	Banan (120g) 1 szt	Napój sojowy fortifikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Kefir naturalny 220ml 1 szt		Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 200 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 200 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, MLE) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 200 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU) Klopsik drobiowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 200 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Klopsik drobiowy 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa 350 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 200 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa marchewkowa 400 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 230 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 200 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa marchewkowa 200 ml (GLU, SEL) Leczo drobiowe z cukinią i sosem pomidorowym (mięso 80g, sos 150g) 100 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna pęczak 100 g (GLU) Fasolka szparagowa gotowana 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Sok pomidorowy 200 ml			Ciasto drożdżowe namoczone 80 g (GLU, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Serek wiejski 50 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek wiejski 50 g (MLE) Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Miód 30g 1 szt Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka zmkisowana 40 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 30 g Serek wiejski 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Fi	Sok pomidorowy 200 ml		Kanapka z serkiem kanapkowym i ogórkiem 1 szt (GLU, MLE)	Sok pomidorowy 200 ml	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Sok pomidorowy 200 ml				Sok owocowo-warzywny 200 ml
		Wartość en. [kcal]: 2107.56 kcal; Białko ogółem: 78.91 g; Tłuszcz: 55.65 g; Kw. tł. nasy.: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 335.22 g; suma cukrów prostych: 93.69 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2159.74 kcal; Białko ogółem: 83.27 g; Tłuszcz: 55.52 g; Kw. tł. nasy.: 22.20 g; Węglowodany ogółem: 342.25 g; suma cukrów prostych: 94.44 g; Sól: 5.57 g; Błonnik pokarmowy: 30.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2397.40 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 32.65 g; Węglowodany ogółem: 348.22 g; suma cukrów prostych: 85.09 g; Sól: 5.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.25 g;	Wartość en. [kcal]: 2145.13 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 63.47 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 318.32 g; suma cukrów prostych: 96.06 g; Sól: 6.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g;	Wartość en. [kcal]: 1941.67 kcal; Białko ogółem: 80.12 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 265.00 g; suma cukrów prostych: 35.36 g; Sól: 6.82 g; Błonnik pokarmowy: 39.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2153.59 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 65.75 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 322.71 g; suma cukrów prostych: 98.61 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 27.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2396.68 kcal; Białko ogółem: 77.20 g; Tłuszcz: 62.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.06 g; Węglowodany ogółem: 392.18 g; suma cukrów prostych: 66.50 g; Sól: 5.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;	Wartość en. [kcal]: 1498.90 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 17.13 g; Węglowodany ogółem: 135.54 g; suma cukrów prostych: 31.59 g; Sól: 2.58 g; Błonnik pokarmowy: 19.03 g;	Wartość en. [kcal]: 2455.14 kcal; Białko ogółem: 96.98 g; Tłuszcz: 76.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.10 g; Węglowodany ogółem: 360.68 g; suma cukrów prostych: 81.80 g; Sól: 6.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;	Wartość en. [kcal]: 1463.98 kcal; Białko ogółem: 47.10 g; Tłuszcz: 42.08 g; Kw. tł. nasy.: 18.96 g; Węglowodany ogółem: 229.88 g; suma cukrów prostych: 93.24 g; Sól: 2.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 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 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-03-08 niedziela	Śniadanie	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Papryka 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Jajko gotowane 1 szt Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Jajko gotowane 1 szt Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa dyniowa ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynkowa extra 90 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki żytnie z otrębami na mleku 200 g (GLU, MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynkowa extra 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Dyńia pieczona z ziołami 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt	Koktajl bananowo-mleczny z otrębami pszennymi 200 ml (GLU, MLE)	Kiwi (100g) 1 szt		Banan (120g) 1 szt	Koktajl bananowy z napojem sojowym fortyfikowanym wapniem 200 ml (SOJ)	Sok owocowo-warzywny 200 ml		Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 100g) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 140 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 150 g Ziemniaki 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 100g) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Kalafior gotowany na parze 150 g Herbata b/c 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany 150 g Buraczki gotowane 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie pieczeniowym (sos 100g, mięso 100g) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Buraczki wiórki z natką i olejem 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa grysikowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa grysikowa 400 ml (GLU, SEL) Karkówka w sosie własnym 80 g (GLU) Kalafior gotowany na parze 150 g Ziemniaki 200 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa 200 ml (GLU, SEL) Udko drobiowe gotowane w sosie koperkowym (mięso 140g, sos 100g) 120 g (GLU) Buraczki wiórki z natką i olejem 80 g Ziemniaki 100 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Wafle ryżowe wielozłazniste 3 szt			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Ser żółty 30 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 20 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 30 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Herbata b/c 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Bułka wrocławska 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Roszponka 10 g Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 130 g (MLE) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 40 g (MLE) Miód wielokwiatowy 30 ml Roszponka 10 g Pomidor bez skóry 40 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Ph	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem roślinnym (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU)	Sok marchwiowy 200 ml		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)
	Wartość en. [kcal]: 2211.23 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 296.59 g; suma cukrów prostych: 72.70 g; Sól: 6.42 g; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;	Wartość en. [kcal]: 2092.94 kcal; Białko ogółem: 96.46 g; Tłuszcz: 58.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.92 g; Węglowodany ogółem: 303.60 g; suma cukrów prostych: 80.95 g; Sól: 6.30 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;	Wartość en. [kcal]: 2229.55 kcal; Białko ogółem: 105.31 g; Tłuszcz: 65.19 g; Kw. tł. nasy.: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 316.12 g; suma cukrów prostych: 81.20 g; Sól: 7.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2022.64 kcal; Białko ogółem: 102.37 g; Tłuszcz: 54.75 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 293.26 g; suma cukrów prostych: 70.31 g; Sól: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.13 g;	Wartość en. [kcal]: 1996.51 kcal; Białko ogółem: 88.79 g; Tłuszcz: 68.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 275.60 g; suma cukrów prostych: 30.69 g; Sól: 6.83 g; Błonnik pokarmowy: 39.23 g;	Wartość en. [kcal]: 2179.05 kcal; Białko ogółem: 96.95 g; Tłuszcz: 65.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 308.26 g; suma cukrów prostych: 83.77 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;	Wartość en. [kcal]: 2254.30 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 79.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 302.51 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Sól: 6.24 g; Błonnik pokarmowy: 25.74 g;	Wartość en. [kcal]: 1917.38 kcal; Białko ogółem: 125.63 g; Tłuszcz: 98.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.76 g; Węglowodany ogółem: 143.65 g; suma cukrów prostych: 59.46 g; Sól: 1.95 g; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2277.26 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 69.27 g; Kw. tł. nasy.: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 333.39 g; suma cukrów prostych: 104.92 g; Sól: 6.61 g; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;	Wartość en. [kcal]: 1480.00 kcal; Białko ogółem: 51.72 g; Tłuszcz: 48.36 g; Kw. tł. nasy.: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 212.25 g; suma cukrów prostych: 65.03 g; Sól: 2.92 g; Błonnik pokarmowy: 14.69 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	
2026-03-09 poniedziałek	Śniadanie	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Rzodkiewka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Cukinia gotowana 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Rzodkiewka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Cukinia gotowana 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (JAJ, RYB, SEL) Cukinia gotowana 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z ryby gotowanej bez majonezu z warzywami 50 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Solferino z mięsem, białkiem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka zmkisowana 40 g (SOJ, SEL) Mus jabłkowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 25 g (SOJ, SEL) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 30 g (JAJ, RYB, SEL) Cukinia pieczona 30 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II S	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt	Kefir naturalny 220ml 1 szt	Banan (120g) 1 szt	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt	Kiwi (100g) 1 szt	Puree bananowe 120 g		Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Zupa meksykańska z fasolą, kukurydzą i ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki z soczewicy z warzywami 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sałatka z ogórka kiszzonego 120 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Dynia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa meksykańska z fasolą, kukurydzą i ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Sałatka z ogórka kiszzonego 130 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Dynia pieczona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 350 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 400 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 90 g (GLU, JAJ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 150 g Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa z białych warzyw z zieleciną 200 ml (GLU, SEL) Klopsiki mięsno-warzywne (mięso drobiowe, włoszczyzna) 50 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 100 g Bukiet warzyw gotowanych (kalefor, brokuł, marchew, fasolka szparagowa) 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kisiel b/c 150 g			Maślanka naturalna 200 ml (MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Ser żółty 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Serek kanapkowy 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Dżem 30g 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka drobiowa luksusowawa 40 g Dżem 30g 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa grysikowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka królewiecka 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa luksusowawa 50 g Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 30 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pn	Kanapka z wędliną drobiową i sałatą 1 szt (GLU, MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Kanapka z wędliną drobiową i sałatą 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Kanapka z wędliną drobiową i sałatą 1 szt (GLU, MLE)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Kanapka z wędliną drobiową i sałatą 1 szt (GLU, MLE)	
	Wartość en. [kcal]: 2356.07 kcal; Białko ogółem: 94.55 g; Tłuszcz: 81.87 g; Kw. tł. nasyc.: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Sól: 9.06 g; Błonnik pokarmowy: 32.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2111.73 kcal; Białko ogółem: 88.85 g; Tłuszcz: 55.23 g; Kw. tł. nasyc.: 26.31 g; Węglowodany ogółem: 322.83 g; suma cukrów prostych: 71.93 g; Sól: 5.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;	Wartość en. [kcal]: 1944.54 kcal; Białko ogółem: 86.36 g; Tłuszcz: 50.95 g; Kw. tł. nasyc.: 22.99 g; Węglowodany ogółem: 296.86 g; suma cukrów prostych: 63.67 g; Sól: 4.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.00 g;	Wartość en. [kcal]: 2129.68 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasyc.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 327.76 g; suma cukrów prostych: 80.12 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;	Wartość en. [kcal]: 1909.99 kcal; Białko ogółem: 76.35 g; Tłuszcz: 58.92 g; Kw. tł. nasyc.: 24.39 g; Węglowodany ogółem: 286.04 g; suma cukrów prostych: 46.05 g; Sól: 8.67 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g;	Wartość en. [kcal]: 2129.68 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 55.39 g; Kw. tł. nasyc.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 327.76 g; suma cukrów prostych: 80.12 g; Sól: 5.81 g; Błonnik pokarmowy: 27.07 g;	Wartość en. [kcal]: 2009.29 kcal; Białko ogółem: 78.46 g; Tłuszcz: 50.38 g; Kw. tł. nasyc.: 8.15 g; Węglowodany ogółem: 322.77 g; suma cukrów prostych: 86.36 g; Sól: 4.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1509.20 kcal; Białko ogółem: 80.28 g; Tłuszcz: 79.16 g; Kw. tł. nasyc.: 12.98 g; Węglowodany ogółem: 123.07 g; suma cukrów prostych: 42.24 g; Sól: 1.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.50 g;	Wartość en. [kcal]: 2192.00 kcal; Białko ogółem: 87.93 g; Tłuszcz: 52.39 g; Kw. tł. nasyc.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 350.91 g; suma cukrów prostych: 113.33 g; Sól: 5.43 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;	Wartość en. [kcal]: 1372.28 kcal; Białko ogółem: 53.31 g; Tłuszcz: 42.43 g; Kw. tł. nasyc.: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 197.16 g; suma cukrów prostych: 57.13 g; Sól: 3.45 g; Błonnik pokarmowy: 14.86 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	
2026-03-10 wtorek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Ser topiony 50 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 50 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 50 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Twaróg 50 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Cukinia pieczona 50 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Masło roślinne 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 100 g Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 50 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Kasza jaglana na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmiksowana 40 g Pomidor bez skóry zmiksowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 200 g (MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Twaróg 50 g (MLE) Sałatka z sałaty lodowej i pomidora z koperkiem i olejem 30 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Ciasto drożdżowe niskosłodzone 40 g (GLU, JAJ, MLE)		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)	Kisiel 150 g	Mus jabłkowy 100 g		Ciasto drożdżowe 40 g (GLU, JAJ, MLE)
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (100g mięsa 100g sosu) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw 100 g (JAJ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (100g mięsa 100g sosu) 200 g (GLU, SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (100g mięsa 100g sosu) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka Coleslaw 120 g (JAJ) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 350 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (100g mięsa 100g sosu) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (100g mięsa 100g sosu) 200 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 500 ml (GLU, SEL)	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 400 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) zmiksowany 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Ziemniaki puree 200 g Marchew gotowana puree 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa pietruszkowa z ziemniakami 200 ml (GLU, SEL) Schab gotowany w sosie własnym (80g mięsa 100g sosu) 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Marchew gotowana 80 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt			Sok owocowo-warzywny 100 ml	Sok owocowo-warzywny 200 ml	
	Kolejka	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Jajko gotowane 1 szt Cukinia pieczona 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Serek Almette 30 g (MLE) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka zmiksowana 60 g (SOJ, SEL) Puree z marchwi i selera z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 30 g (SOJ, SEL) Jajko gotowane 1 szt Pomidor 25 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pł	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt			Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i sałatą (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)	
	Wartość en. [kcal]: 2461.72 kcal; Białko ogółem: 116.66 g; Tłuszcz: 91.72 g; Kw. tł. nasyc.: 37.14 g; Węglowodany ogółem: 306.02 g; suma cukrów prostych: 73.21 g; Sól: 7.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g;	Wartość en. [kcal]: 2391.85 kcal; Białko ogółem: 122.94 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kw. tł. nasyc.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 319.26 g; suma cukrów prostych: 78.01 g; Sól: 5.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;	Wartość en. [kcal]: 2169.54 kcal; Białko ogółem: 129.90 g; Tłuszcz: 58.26 g; Kw. tł. nasyc.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 293.90 g; suma cukrów prostych: 78.90 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;	Wartość en. [kcal]: 2195.46 kcal; Białko ogółem: 137.42 g; Tłuszcz: 52.32 g; Kw. tł. nasyc.: 25.72 g; Węglowodany ogółem: 305.19 g; suma cukrów prostych: 75.16 g; Sól: 6.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2223.73 kcal; Białko ogółem: 114.01 g; Tłuszcz: 80.39 g; Kw. tł. nasyc.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 278.16 g; suma cukrów prostych: 40.50 g; Sól: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.39 g;	Wartość en. [kcal]: 2205.35 kcal; Białko ogółem: 128.61 g; Tłuszcz: 56.62 g; Kw. tł. nasyc.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 308.24 g; suma cukrów prostych: 77.13 g; Sól: 6.87 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2114.75 kcal; Białko ogółem: 95.85 g; Tłuszcz: 74.07 g; Kw. tł. nasyc.: 15.15 g; Węglowodany ogółem: 282.58 g; suma cukrów prostych: 53.83 g; Sól: 7.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.55 g;	Wartość en. [kcal]: 1499.80 kcal; Białko ogółem: 72.78 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasyc.: 14.85 g; Węglowodany ogółem: 128.25 g; suma cukrów prostych: 53.66 g; Sól: 1.45 g; Błonnik pokarmowy: 16.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2208.04 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasyc.: 28.60 g; Węglowodany ogółem: 338.91 g; suma cukrów prostych: 113.47 g; Sól: 6.07 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;	Wartość en. [kcal]: 1636.98 kcal; Białko ogółem: 90.90 g; Tłuszcz: 58.54 g; Kw. tł. nasyc.: 27.51 g; Węglowodany ogółem: 193.09 g; suma cukrów prostych: 65.46 g; Sól: 3.52 g; Błonnik pokarmowy: 11.98 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	
2026-03-11 środa	Śniadanie	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Marchew gotowana w plastrach 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana w plastrach 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Paszтет z cukinii i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana w plastrach 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Schab pieczony 50 g (SOJ) Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na wywarze jarzynowym 350 ml (SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasta z czerwonej fasoli 50 g Schab pieczony 50 g (SOJ) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Płatki i otręby pszenne na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Schab pieczony zmięksowany 60 g (SOJ) Marchew gotowana w plastrach 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki i otręby pszenne na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek kanapkowy 20 g (MLE) Schab pieczony 20 g (SOJ) Cukinia pieczona 40 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Galaretka owocowa 150g 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Galaretka owocowa 150g 1 szt	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)		Galaretka owocowa 150g 1 szt		Galaretka owocowa 150 g		
	Obiad	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzykowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 120 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml		Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Dyńia duszona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzykowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron razowy świderki 200 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 120 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Klopsik z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Dyńia duszona 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 350 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzykowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 120 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Kalafiorowa 500 ml (GLU, SEL)	Kalafiorowa 400 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzykowy z pomidorami 240 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 200 g (GLU) Marchew gotowana puree 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Kalafiorowa 200 ml (GLU, SEL) Sos mięsno-jarzykowy z pomidorami 150 g (GLU, SEL) Makaron pszenny świderki 100 g (GLU) Surówka z selera z natką pietruszki 50 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml		
	P					Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt			Kisiel 200 g			
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Serek wiejski 50 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Serek wiejski 50 g (MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Serek wiejski 50 g (MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Serek wiejski 50 g (MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Twaróg 50 g (MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Miód wielokwiatowy 30 ml Filet królewski z indyka 50 g (GLU, SOJ) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 400 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Poledwica drobiowa zmięksowana 60 g (GLU, SOJ) Puree bananowe 60 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Filet królewski z indyka 20 g (GLU, SOJ) Serek wiejski 30 g (MLE) Banan (120g) 1 szt Herbata (cukier 10g) 200 ml	
	Pn	Herbatniki 5 szt (GLU, SOJ, MLE, S02)				Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe wieloziarniste 3 szt	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Sok marchwiowy 200 g	Herbatniki 5 szt (GLU, SOJ, MLE, S02)		
	Wartość en. [kcal]: 2423.30 kcal; Białko ogółem: 114.14 g; Tłuszcz: 64.59 g; Kw. tł. nasyc.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 353.47 g; suma cukrów prostych: 86.99 g; Sól: 6.46 g; Błonnik pokarmowy: 37.35 g;	Wartość en. [kcal]: 2417.88 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 60.76 g; Kw. tł. nasyc.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 361.47 g; suma cukrów prostych: 88.75 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;	Wartość en. [kcal]: 2426.86 kcal; Białko ogółem: 117.18 g; Tłuszcz: 62.76 g; Kw. tł. nasyc.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 356.97 g; suma cukrów prostych: 94.94 g; Sól: 6.06 g; Błonnik pokarmowy: 28.31 g;	Wartość en. [kcal]: 2216.96 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 53.56 g; Kw. tł. nasyc.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 337.64 g; suma cukrów prostych: 87.25 g; Sól: 5.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;	Wartość en. [kcal]: 2250.36 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 68.24 g; Kw. tł. nasyc.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 301.42 g; suma cukrów prostych: 48.96 g; Sól: 6.14 g; Błonnik pokarmowy: 42.61 g;	Wartość en. [kcal]: 2212.14 kcal; Białko ogółem: 108.75 g; Tłuszcz: 51.38 g; Kw. tł. nasyc.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 337.47 g; suma cukrów prostych: 84.95 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.45 g;	Wartość en. [kcal]: 2414.47 kcal; Białko ogółem: 112.77 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasyc.: 14.13 g; Węglowodany ogółem: 348.90 g; suma cukrów prostych: 62.87 g; Sól: 5.62 g; Błonnik pokarmowy: 33.14 g;	Wartość en. [kcal]: 1272.18 kcal; Białko ogółem: 63.61 g; Tłuszcz: 61.19 g; Kw. tł. nasyc.: 12.03 g; Węglowodany ogółem: 124.38 g; suma cukrów prostych: 42.52 g; Sól: 1.21 g; Błonnik pokarmowy: 15.90 g;	Wartość en. [kcal]: 2392.62 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 59.27 g; Kw. tł. nasyc.: 31.53 g; Węglowodany ogółem: 364.11 g; suma cukrów prostych: 108.00 g; Sól: 5.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.38 g;	Wartość en. [kcal]: 1444.73 kcal; Białko ogółem: 61.80 g; Tłuszcz: 41.78 g; Kw. tł. nasyc.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 207.80 g; suma cukrów prostych: 68.81 g; Sól: 3.03 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	
2026-03-12 czwartek	Śniadanie	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Hummus 30 g Ogórek kiszony 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Ogórek kiszony 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica sopocka 50 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Mix салат 10 g	Kasza kuskus na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica sopocka 60 g (GLU, SOJ, MLE) Dżem truskawkowy 30 g Ogórek kiszony 50 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa marchewkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Kasza kuskus na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Połędwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 40 g (MLE) Puree marchwiowe 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza kuskus na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Połędwica sopocka 30 g (GLU, SOJ, MLE) Twaróg 20 g (MLE) Marchew gotowana w plasterach 40 g Mix салат 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)		Kefir naturalny 220ml 1 szt	Kefir naturalny 200 ml (MLE)		Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)	Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Kefir naturalny 220ml 1 szt	Kefir naturalny 200 ml (MLE)	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 350 g (SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 120 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 g (SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 100 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy (wersja bezmleczna) 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Zupa ziemniaczana 400 ml (GLU, SEL) Kotlet pożarski drobiowy 90 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 200 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 200 g (SEL) Kotlet pożarski drobiowy 50 g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki 100 g Surówka z kapusty pekińskiej marchewki i koperku 150 g Kompot wielowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Kiwi (100g) 1 szt			Ciasto drożdżowe 80 g (GLU, JAJ, MLE)		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twaróg 50 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Papryka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Twaróg 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z warzyw gotowanych 30 g (SEL) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 40 g (SOJ, SEL) Hummus 30 g Papryka 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z warzyw gotowanych 30 g (SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Banan (120g) 1 szt	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło roślinne 10 g Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Hummus 30 g Papryka 50 g Sałata (2 liście) 20 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka zmiksowana 40 g (SOJ, SEL) Pomidor bez skóry zmiksowany 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasta z warzyw gotowanych 30 g (SEL) Pomidor bez skóry 40 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pn	Kiwi (100g) 1 szt	Banan (120g) 1 szt			Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Kiwi (100g) 1 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Puree bananowe 1 szt	Banan (120g) 1 szt	
	Wartość en. [kcal]: 1998.37 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 57.70 g; Kw. tł. nasy.: 22.78 g; Węglowodany ogółem: 288.32 g; suma cukrów prostych: 66.24 g; Sól: 6.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.68 g;	Wartość en. [kcal]: 2089.02 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 58.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.42 g; Węglowodany ogółem: 301.80 g; suma cukrów prostych: 73.36 g; Sól: 5.39 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;	Wartość en. [kcal]: 1978.13 kcal; Białko ogółem: 94.58 g; Tłuszcz: 47.74 g; Kw. tł. nasy.: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 298.35 g; suma cukrów prostych: 77.05 g; Sól: 5.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g;	Wartość en. [kcal]: 2006.66 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 47.28 g; Kw. tł. nasy.: 23.62 g; Węglowodany ogółem: 300.98 g; suma cukrów prostych: 83.91 g; Sól: 5.28 g; Błonnik pokarmowy: 20.92 g;	Wartość en. [kcal]: 1855.31 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 250.61 g; suma cukrów prostych: 40.44 g; Sól: 6.43 g; Błonnik pokarmowy: 35.06 g;	Wartość en. [kcal]: 2001.48 kcal; Białko ogółem: 96.85 g; Tłuszcz: 50.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.14 g; Węglowodany ogółem: 294.95 g; suma cukrów prostych: 75.35 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;	Wartość en. [kcal]: 1955.92 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 54.24 g; Kw. tł. nasy.: 9.14 g; Węglowodany ogółem: 287.70 g; suma cukrów prostych: 60.51 g; Sól: 6.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.58 g;	Wartość en. [kcal]: 1584.76 kcal; Białko ogółem: 81.71 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 18.91 g; Węglowodany ogółem: 143.59 g; suma cukrów prostych: 28.55 g; Sól: 1.73 g; Błonnik pokarmowy: 14.57 g;	Wartość en. [kcal]: 2336.96 kcal; Białko ogółem: 96.66 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 346.06 g; suma cukrów prostych: 92.34 g; Sól: 5.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.76 g;	Wartość en. [kcal]: 1392.77 kcal; Białko ogółem: 59.49 g; Tłuszcz: 47.21 g; Kw. tł. nasy.: 18.65 g; Węglowodany ogółem: 185.51 g; suma cukrów prostych: 61.36 g; Sól: 3.54 g; Błonnik pokarmowy: 15.52 g;	

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Papkowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-03-13 piątek	Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Roszponka 10 g	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem truskawkowy 30 g Pomidor bez skóry 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE) Roszponka 10 g	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Dżem truskawkowy 50 g Pomidor bez skóry 1 szt Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Serek kanapkowy 30 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na wywarze jarzynowym 350 g (SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Filet królewski z indyka 40 g (GLU, SOJ) Pomidor 50 g Roszponka 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Brokułowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, MLE, SEL)	Płatki ryżowe na mleku 350 g (MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pasta jajeczna z koperkiem 80 g (JAJ) Pomidor bez skóry zmiśkowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki ryżowe na mleku 200 g (MLE) Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta jajeczna z białek jaj z koperkiem 50 g (JAJ) Filet królewski z indyka 30 g (GLU, SOJ) Roszponka 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)
	II ś	Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)		Serek homogenizowany nat. 150 g (MLE)				Napój sojowy fortyfikowany wapniem 200 ml (SOJ)	Mus jabłkowy 100 g		Serek homogenizowany waniliowy 150 g (MLE)
	Obiad	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa na parze 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 350 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Warzywa po grecku 150 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 500 ml (GLU)	Zupa cukiniowa z ziemniakami 400 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 200 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Zupa cukiniowa z ziemniakami 200 ml (GLU) Filet z dorsza gotowany na parze 90 g (RYB) Ziemniaki 100 g Warzywa po grecku 80 g (SEL) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Wafle ryżowe wielozłazniste 3 szt			Sok marchwiowy 100 ml	Sok marchwiowy 200 ml	
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 100 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 100 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 100 g (MLE) Sałata (liść) 10 g Cukinia pieczona 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 100 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 100 g (MLE) Ogórek świeży 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 100 g (MLE) Cukinia pieczona 50 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Hummus 80 g Ogórek świeży 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Serek wiejski 80 g (MLE) Puree z cukinii 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Bułka wrocławska 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pasta twarogowa z koperkiem i pomidorem 50 g (MLE) Cukinia pieczona 40 g Sałata (liść) 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Fn		Wafle ryżowe 3 szt		Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł (5g), serkiem kanapkowym (30g) i pomidorem (30g) 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)			
		Wartość en. [kcal]: 2112.14 kcal; Białko ogółem: 102.00 g; Tłuszcz: 62.71 g; Kw. tł. nasyc.: 24.96 g; Węglowodany ogółem: 297.72 g; suma cukrów prostych: 90.89 g; Sól: 4.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;	Wartość en. [kcal]: 2139.96 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasyc.: 24.65 g; Węglowodany ogółem: 300.60 g; suma cukrów prostych: 90.90 g; Sól: 4.20 g; Błonnik pokarmowy: 21.34 g;	Wartość en. [kcal]: 2194.11 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz: 75.04 g; Kw. tł. nasyc.: 29.62 g; Węglowodany ogółem: 281.34 g; suma cukrów prostych: 85.50 g; Sól: 4.39 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g;	Wartość en. [kcal]: 2114.66 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz: 68.33 g; Kw. tł. nasyc.: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 275.13 g; suma cukrów prostych: 63.45 g; Sól: 4.26 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;	Wartość en. [kcal]: 2013.13 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw. tł. nasyc.: 33.09 g; Węglowodany ogółem: 250.82 g; suma cukrów prostych: 30.89 g; Sól: 4.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.71 g;	Wartość en. [kcal]: 2100.66 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 67.36 g; Kw. tł. nasyc.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 275.07 g; suma cukrów prostych: 63.45 g; Sól: 4.23 g; Błonnik pokarmowy: 21.10 g;	Wartość en. [kcal]: 1957.39 kcal; Białko ogółem: 78.24 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kw. tł. nasyc.: 10.83 g; Węglowodany ogółem: 261.06 g; suma cukrów prostych: 42.94 g; Sól: 5.17 g; Błonnik pokarmowy: 31.43 g;	Wartość en. [kcal]: 1397.98 kcal; Białko ogółem: 74.36 g; Tłuszcz: 71.06 g; Kw. tł. nasyc.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 122.57 g; suma cukrów prostych: 47.77 g; Sól: 1.26 g; Błonnik pokarmowy: 14.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2044.76 kcal; Białko ogółem: 80.93 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw. tł. nasyc.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 294.65 g; suma cukrów prostych: 103.91 g; Sól: 4.82 g; Błonnik pokarmowy: 17.89 g;	Wartość en. [kcal]: 1530.18 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasyc.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 164.42 g; suma cukrów prostych: 62.52 g; Sól: 3.00 g; Błonnik pokarmowy: 10.35 g;

		7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wyd. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy
2026-03-14 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Ogórek świeży 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Białko jaja gotowanego 1 szt (JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Ogórek świeży 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Pieczeń myśliwska 50 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Ogórek świeży 50 g Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 250 ml (GLU)	Zupa ziemniaczana z mięsem i olejem roślinnym 400 ml (GLU, SEL)	Płatki owsiane na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Pieczeń myśliwska zmiksowana 40 g (SOJ) Sałata (2 liście) 20 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Płatki owsiane na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Pieczeń myśliwska 30 g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt Pomidor bez skóry 40 g Sałata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt			Jabłko (150g) 1 szt	Jabłko pieczone (150g) 1 szt	Jabłko (150g) 1 szt	Jogurt naturalny 1,5% tł. 100 g (MLE)		Jabłko pieczone (150g) 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml			Pomidorowa z ryżem parabolicznym 350 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana w plasterach 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Herbata b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Marchew gotowana w plasterach 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Solferino z mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 400 ml (SEL) Pulpet z indyka 90 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 200 g Brokuly gotowane 150 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pomidorowa z ryżem parabolicznym 200 ml (SEL) Pulpet z indyka 50 g (GLU, JAJ, SEL) Sos pietruszkowy 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki 100 g Brokuly gotowane 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml
	P					Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)			Sok marchwiowy 200 ml		
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Papryka 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml			Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Papryka 50 g Mix sałat 10 g Herbata b/c 300 ml	Bulka wrocławska 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Schab benedyktyński 50 g (SOJ) Pomidor bez skóry 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Schab benedyktyński 60 g (SOJ) Papryka 50 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Zupa zacierkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, JAJ, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 100 g (MLE) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 300 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Pomidor bez skóry 40 g Mix sałat 10 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
	Pn	Galaretka owocowa 150g 1 szt				Kanapka z pieczywa razowego (30g), z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i ogórkiem kiszonym (25g) 1 szt (GLU, MLE)	Jogurt owocowy 100g 1 szt (MLE)	Galaretka owocowa 150g 1 szt	Biskopity 5 szt (GLU, JAJ)	Galaretka owocowa 150g 1 szt	
	Wartość en. [kcal]: 2286.72 kcal; Białko ogółem: 112.75 g; Tłuszcz: 69.47 g; Kw. tł. nasyc.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 318.60 g; suma cukrów prostych: 71.35 g; Sól: 4.23 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g;	Wartość en. [kcal]: 2319.20 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasyc.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 322.19 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Sól: 4.22 g; Błonnik pokarmowy: 26.43 g;	Wartość en. [kcal]: 2097.93 kcal; Białko ogółem: 115.28 g; Tłuszcz: 53.38 g; Kw. tł. nasyc.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 301.70 g; suma cukrów prostych: 71.68 g; Sól: 5.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;	Wartość en. [kcal]: 2201.54 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 76.80 g; Kw. tł. nasyc.: 28.71 g; Węglowodany ogółem: 284.74 g; suma cukrów prostych: 41.70 g; Sól: 6.13 g; Błonnik pokarmowy: 40.04 g;	Wartość en. [kcal]: 2303.55 kcal; Białko ogółem: 114.51 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasyc.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 314.87 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Sól: 4.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.19 g;	Wartość en. [kcal]: 2108.17 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 67.47 g; Kw. tł. nasyc.: 13.18 g; Węglowodany ogółem: 296.26 g; suma cukrów prostych: 60.15 g; Sól: 4.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;	Wartość en. [kcal]: 1829.13 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 113.19 g; Kw. tł. nasyc.: 15.10 g; Węglowodany ogółem: 112.36 g; suma cukrów prostych: 36.46 g; Sól: 1.59 g; Błonnik pokarmowy: 15.15 g;	Wartość en. [kcal]: 2370.95 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 71.72 g; Kw. tł. nasyc.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 341.34 g; suma cukrów prostych: 89.59 g; Sól: 4.46 g; Błonnik pokarmowy: 25.36 g;	Wartość en. [kcal]: 1480.04 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 49.35 g; Kw. tł. nasyc.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 202.80 g; suma cukrów prostych: 56.05 g; Sól: 2.46 g; Błonnik pokarmowy: 18.49 g;		

	7 Podstawowa	7 Łatwostrawna	7 Łatwostrawna Bogatobiałkowa	7 Łatwostrawna z ograniczeniem tł.	7 Łatwostrawna z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	7 Z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żół.	7 Bezmleczna	7 Płynna miksowana	7 Pakowata	7 Dziecięca 13-36 miesięcy	
2026-03-15 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na wywarze jarzynowym 350 ml (GLU, SEL) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Wędlina śniadaniowa drobiowa 50 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 100 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa bez mleka (cukier 10g) 300 ml (GLU)	Pomidorowa z ryżem parabolicznym, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (SEL)	Kasza jęczmienna na mleku 350 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa zmkisowana 40 g Pomidor bez skóry zmkisowany 50 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 300 ml (GLU, MLE)	Kasza jęczmienna na mleku 200 g (GLU, MLE) Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Wędlina śniadaniowa drobiowa 30 g Salatka jarzynowa z jajkiem i jabłkiem 50 g (JAJ, SEL) Salata (liść) 10 g Kawa zbożowa z mlekiem (cukier 10g) 200 ml (GLU, MLE)	
	II ś	Banan (120g) 1 szt		Kefir naturalny 200 ml (MLE)	Banan (120g) 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Banan (120g) 1 szt		Mus jabłkowy 100 g		Banan (120g) 1 szt
	Obiad	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy panierowany 1 szt (GLU, JAJ) Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) b/c 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Cukinia gotowana 150 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Rosół z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z sosem vinegret 40 g Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 250 ml	Zupa ziemniaczana, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Rosół z makaronem 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 80 g Ziemniaki 200 g Salata z jogurtem 80 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 300 ml	Rosół z makaronem 200 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy na parze 40 g Ziemniaki 100 g Salata z jogurtem 50 g (MLE) Kompot wieloowocowy (czerwona porzeczka, agrest, aronia, śliwka, truskawka) (cukier 10g) 200 ml	
	P					Wafle ryżowe wielozłaziste 3 szt	Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)			Sok owocowo-warzywny 100 ml	Kanapka z bułki wroc. (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)
	Kolacja	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Rzodkiewka 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo razowe 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Rzodkiewka 50 g Herbata b/c 250 ml	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 50 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Pieczywo razowe 50 g (GLU) Masło roślinne 10 g Kielbasa krakowska sucha 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 50 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 250 ml	Zupa koperkowa z ziemniakami, mięsem i olejem roślinnym 500 ml (GLU, SEL)	Pieczywo pszenne 100 g (GLU) Masło 82% tł. 15 g (MLE) Szynka miodowa z indyka zmkisowana 60 g (SOJ, SEL) Puree z marchwi i selera z olejem 50 g (SEL) Herbata (cukier 10g) 300 ml Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)	Pieczywo pszenne 50 g (GLU) Masło 82% tł. 10 g (MLE) Szynka miodowa z indyka 30 g (SOJ, SEL) Pasztet z dyni i kaszy jaglanej 40 g (GLU, JAJ) Pomidor bez skóry 50 g Herbata (cukier 10g) 200 ml
Pr	Wafle ryżowe 3 szt		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Wafle ryżowe 3 szt	Kanapka z pieczywa razowego (30g) z masłem 82%tł. (5g) z wędliną drobiową (30g) i salata (10g) 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 3 szt		Sok marchwiowy 200 ml	Biszkopty 5 szt (GLU, JAJ)		
	Wartość en. [kcal]: 2380.47 kcal; Białko ogółem: 105.19 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.11 g; Węglowodany ogółem: 326.27 g; suma cukrów prostych: 70.09 g; Sól: 7.01 g; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;	Wartość en. [kcal]: 2156.41 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 58.59 g; Kw. tł. nasy.: 21.50 g; Węglowodany ogółem: 323.53 g; suma cukrów prostych: 69.97 g; Sól: 7.80 g; Błonnik pokarmowy: 21.44 g;	Wartość en. [kcal]: 2092.63 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 63.64 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 293.29 g; suma cukrów prostych: 64.30 g; Sól: 8.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.95 g;	Wartość en. [kcal]: 2079.62 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 49.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 329.75 g; suma cukrów prostych: 74.70 g; Sól: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g;	Wartość en. [kcal]: 2018.78 kcal; Białko ogółem: 86.00 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; suma cukrów prostych: 38.23 g; Sól: 9.01 g; Błonnik pokarmowy: 39.14 g;	Wartość en. [kcal]: 2236.27 kcal; Białko ogółem: 95.17 g; Tłuszcz: 54.88 g; Kw. tł. nasy.: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 347.10 g; suma cukrów prostych: 75.45 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g;	Wartość en. [kcal]: 2124.48 kcal; Białko ogółem: 77.50 g; Tłuszcz: 66.60 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 313.79 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Sól: 7.66 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;	Wartość en. [kcal]: 1878.03 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 105.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.68 g; Węglowodany ogółem: 145.24 g; suma cukrów prostych: 67.50 g; Sól: 1.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.70 g;	Wartość en. [kcal]: 2216.15 kcal; Białko ogółem: 92.21 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 321.35 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Sól: 8.28 g; Błonnik pokarmowy: 18.88 g;	Wartość en. [kcal]: 1322.27 kcal; Białko ogółem: 50.74 g; Tłuszcz: 42.73 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 185.53 g; suma cukrów prostych: 55.66 g; Sól: 4.12 g; Błonnik pokarmowy: 12.54 g;	

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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