

15.06.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kawa z mlekiem 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9) Sałata z.10g Ogórek kiszony 60g Smoothie owocowe 150g(jabłko, truskawka)	Kawa z mlekiem 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g(jabłko, truskawka)	Kawa z mlekiem 250ml z/c (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g(jabłko, truskawka)	Kawa z mlekiem 250ml b/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9) Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g(jabłko, truskawka)
	II ŚN		Dzieci- Smoothie owocowe 150g(jabłko, truskawka)		C5,C6-Smoothie owocowe 150g(jabłko, truskawka)
	Obiad	Zupa fasolowa z makaronem 330ml(1,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba/parze 100g (4) Sos koperkowy 100ml (1,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem z 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba/parze 100g(4) Sos koperkowy 100g (1,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem z 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba/parze 100g(4) Sos koperkowy 100g (1,7) 100g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba/parze 100g(4) Sos koperkowy 100g (1,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- budyń 150g(1,7)		C5,C6-budyń 150g(1,7)
	Kolacja I/II	Herbata 250ml z/c Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł. 10 g(7) Krupnik z mięsem 330ml(1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g	Herbata 250ml z/c Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł. 10 g(7) Krupnik z mięsem 330ml(1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g	Herbata 250ml z/c Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł. 10 g(7) Krupnik z mięsem 330ml(1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g	Herbata 250ml b/c C3,C5-Chleb Graham 100g(1) C4,C6-Chleb Graham 70g(1) Masło 82%tł. 10 g(7) Krupnik z mięsem 330ml(1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g
	PN				C4,C6-Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2141,1 Białko ogółem (g) 100,24 Tłuszcz (g) 56,53 KT nasycone (g) 23,34 Węglowodany ogółem (g) 326,12 Cukry(g) 61,66 Błonnik (g) 36,37 Sól (g) 4,72 Sód(mg) 1886,48	Wartość energetyczna (kcal) 1896,33 Białko ogółem (g) 85,46 Tłuszcz (g) 49,49 KT nasycone (g) 21,32 Węglowodany ogółem (g) 292,57 Cukry(g) 62,94 Błonnik (g) 30,2 Sól (g) 3,41 Sód(mg) 1363,73	Wartość energetyczna (kcal) 1923,33 Białko ogółem (g) 85,66 Tłuszcz (g) 49,19 KT nasycone (g) 21,29 Węglowodany ogółem (g) 298,17 Cukry(g) 63,14 Błonnik (g) 26,5 Sól (g) 3,46 Sód(mg) 1382,73	Wartość energetyczna (kcal) 1834,53 Białko ogółem (g) 85,26 Tłuszcz (g) 54,26 KT nasycone (g) 21,68 Węglowodany ogółem (g) 267,01 Cukry (g) 42,78 Błonnik (g) 33,9 Sól (g) 3,36 Sód (mg) 1344,53

16.06.2026 r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z. 10g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z.10g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g(9) Cytryna 30g Sałata z. 10g	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Galaretka drobiowa 80g (9) Cytryna 30g Sałata z.10g
	II ŚN		Dzieci- koktajl mleczno-owocowy 150g(7)		C5, C6-kefir 150g(7)
	Obiad	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Befszyk z cebulką 70g(1,3) Kapusta gotowana 150g (1) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g(1,3) Szpinak 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g(1,3) Sos jarzynowy 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g(1,3) Szpinak 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Mandarynka 100g		C5, C6- Mandarynka 100g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z papryką świeżą 70g(7) Sałata z.10g Mandarynka 100g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z pietruszką z.70g(7) Sałata z.10g Mandarynka 100g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z pietruszką z.70g(7) Sałata z.10g Mandarynka 100g	Herbata b/c 250ml C3, C5: Chleb Graham 100 g(1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 82 % tł 10 g(7) Twarożek i pietruszką z.70g(7) Sałata z.10g Mandarynka 100g
	PN				Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Szynek drobiowa 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2006,38 Białko ogółem (g) 91,52 Tłuszcz (g) 66,12 KT nasycone (g) 23,19 Węglowodany ogółem (g) 274,63 Cukry(g) 60,67 Błonnik (g) 26,34 Sól (g) 4,07 Sód(mg) 1627,12	Wartość energetyczna (kcal) 1971,80 Białko ogółem (g) 90,68 Tłuszcz (g) 56,95 KT nasycone (g) 23,44 Węglowodany ogółem (g) 287,28 Cukry(g) 76,87 Błonnik (g) 25,75 Sól (g) 4,08 Sód (mg) 1631,91	Wartość energetyczna (kcal) 1944,80 Białko ogółem (g) 90,88 Tłuszcz (g) 50,65 KT nasycone (g) 23,01 Węglowodany ogółem (g) 292,88 Cukry(g) 77,07 Błonnik (g) 22,05 Sól (g) 4,13 Sód(mg) 1650,91	Wartość energetyczna (kcal) 1813,13 Białko ogółem (g) 90,48 Tłuszcz (g) 57,25 KT nasycone (g) 23,47 Węglowodany ogółem (g) 248,75 Cukry (g) 43,74 Błonnik (g) 29,45 Sól (g) 4,03 Sód (mg) 1612,58

17.06.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Pomidor 60g	Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Pomidor 60g	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Pomidor b/skórki 60g	C3,C4: Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Pomidor 60g
	II ŚN		Dzieci- płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)		C5,C6: płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)
		Zupa rosółowa z kaszą pęczak 330ml (1,7,9) Pierogi z truskawkami i śmietaną (1,3,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosółowa z kaszą jęczmienną 330ml (1,7,9) Makaron z serem białym (1,7) Mus z truskawek 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosółowa z kaszą jęczmienną 330ml (1,7,9) Makaron z serem białym (1,7) Mus z truskawek 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosółowa z kaszą pęczak 330ml (1,7,9) Makaron z serem białym (1,7) Mus z truskawek 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Jabłko pieczone		C5,C6-Jabłko 150g
	Kolacja I/II	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna z rybą konserwową i szczypiorkiem 70g(3,4,7) Sałata zielona 10g Jabłko 150g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g (7) Pasta z białek, sera białego ze szpinakiem 70g(2,7,9) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Kakao b/c 250 ml(1,7) C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Pasta jajeczna ze szpinakiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g C3, C4:Jabłko 150g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Ser biały 40g (7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2191,12 Białko ogółem (g) 85,12 Tłuszcz (g) 66,63 KT nasycone (g) 29,95 Węglowodany ogółem (g) 328,22 Cukry (g) 65,28 Błonnik (g) 29,94 Sól (g) 4,26 Sód(mg) 1705,33	Wartość energetyczna (kcal) 2139,09 Białko ogółem (g) 80,51 Tłuszcz (g) 63,57 KT nasycone (g) 29,32 Węglowodany ogółem (g) 326,50 Cukry (g) 63,71 Błonnik (g) 29,48 Sól (g) 4,18 Sód(mg) 1673,92	Wartość energetyczna (kcal) 2020,69 Białko ogółem (g) 78,24 Tłuszcz (g) 51,52 KT nasycone (g) 23,79 Węglowodany ogółem (g) 324,61 Cukry (g) 56,34 Błonnik (g) 25,94 Sól (g) 4,26 Sód (mg) 1706,03	Wartość energetyczna (kcal) 1923,70 Białko ogółem (g) 77,58 Tłuszcz (g) 63,61 KT nasycone (g) 29,29 Węglowodany ogółem (g) 276,45 Cukry(g) 42,36 Błonnik (g) 31,94 Sól (g) 4,12 Sód(mg) 1650,65

18.06.2026 r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
	II ŚN		Dzieci- kisiel 150g		C5, C6 – kisiel 150g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml (1,7) Surówka z kalarepy, ogórka, rzodkiewki i cebulki 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml (1,7) Surówka z pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka gotowany 90g Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml (1,7) Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, burak)		C5, C6-Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, burak)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z koperkiem 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, burak)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z koperkiem 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, burak)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z koperkiem 70g(7,9) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko,burak)	Herbata b/c 250ml C3, C5: Chleb Graham 100 g(1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta serowa z koperkiem (7,9) Sałata z.10 g Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko,burak)
	PN				Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Kiełbasa szynkowa 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2012,20 Białko ogółem (g) 77,86 Tłuszcz (g) 61,77 KT nasycone (g) 21,51 Węglowodany ogółem (g) 299.01 Cukry(g) 73,85 Błonnik (g) 25,16 Sól (g) 5,48 Sód(mg) 2455,20	Wartość energetyczna (kcal) 1952,39 Białko ogółem (g) 78,84 Tłuszcz (g) 60,62 KT nasycone (g) 21,69 Węglowodany ogółem (g) 285,60 Cukry(g) 62,83 Błonnik (g) 25,20 Sól (g) 5,48 Sód (mg) 2193,83	Wartość energetyczna (kcal) 1853,80 Białko ogółem (g) 77,71 Tłuszcz (g) 50,69 KT nasycone (g) 20,99 Węglowodany ogółem (g) 282,74 Cukry(g) 64,25 Błonnik (g) 21,19 Sól (g) 5,00 Sód(mg) 2000,27	Wartość energetyczna (kcal) 1809,03 Białko ogółem (g) 79,91 Tłuszcz (g) 63,41 KT nasycone (g) 28,61 Węglowodany ogółem (g) 243,29 Cukry (g) 29,66 Błonnik (g) 27,54 Sól (g) 5,61 Sód (mg) 2246,81

19.06.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Ogórek świeży 60g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Włoszczyzna/parze 60g(9)	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszerowane 50g(3,7) Włoszczyzna/parze 60g(9)	C3, C4: Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(30) Ogórek świeży 60g
	II ŚN		Dzieci- kasza manna na mleku 330ml (1,7)		C5,C6: kasza manna na mleku 330ml(1,7)
		Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Kotlet mielony z ryby 100g(1,3,4) Surówka z kapusty kiszanej 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Pulpet z ryby 100g(1,3,4) Sos tymiankowy 100 ml(1,7) Surówka z selera, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Pulpet z ryby 100g(1,3,4) Sos tymiankowy 150ml(1,7) Surówka z selera ,marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki /z pietruszką z. 180 g Pulpet z ryby 100g(1,3,4) Sos tymiankowy 100 ml(1,7) Surówka z selera, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci – Jabłko pieczone 150g		C5,C6 – Grejpfrut 150g
	Kolacja /II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z chrzanem 70g(7) Sałata zielona 10g Grejpfrut 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z koperkiem 70g(7) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z koperkiem 70g(7) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4, C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 82% tł. 10g (7) Twarożek z koperkiem 70g(7) Sałata z.10g C3,C4-Grejpfrut 150g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1961,39 Białko ogółem (g) 74,12 Tłuszcz (g) 65,97 KT nasycone (g) 22,56 Węglowodany ogółem (g) 280,06 Cukry (g) 63,19 Błonnik (g) 24,19 Sól (g) 5,47 Sód (mg) 2189,31	Wartość energetyczna (kcal) 1883,92 Białko ogółem (g) 74,79 Tłuszcz (g) 54,44 KT nasycone (g) 22,08 Węglowodany ogółem (g) 286,69 Cukry (g) 70,55 Błonnik (g) 25,57 Sól (g) 3,99 Sód (mg) 1596,92	Wartość energetyczna (kcal) 1900,01 Białko ogółem (g) 82,22 Tłuszcz (g) 53,33 KT nasycone (g) 22,21 Węglowodany ogółem (g) 284,20 Cukry (g) 62,37 Błonnik (g) 21,91 Sól (g) 4,09 Sód (mg) 1636,87	Wartość energetyczna (kcal) 1813,11 Białko ogółem (g) 77,24 Tłuszcz (g) 57,49 KT nasycone (g) 24,88 Węglowodany ogółem (g) 262,63 Cukry (g) 36,57 Błonnik (g) 31,93 Sól (g) 4,52 Sód (mg) 1810,19

20.06.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kakao z/c 250ml (7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa z groszkiem 80g (3,7)	Kakao z/c 250ml (7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kakao z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kakao b/c 250ml (1,7) C6: Chleb Graham 70 g(1) C3, C4, C5: Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
	II ŚN		Dzieci-budyń 150ml		C5, C6: budyń 150ml
	Obiad	Zupa ziemniaczana 330g (1,7,9) Risotto z włoszczyzną, brokułami i mięsem wieprzowym 270g (9) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330g (1,7,9) Risotto 270g (9) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330g (1,7,9) Risotto 270g (9) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Marchew/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330g (1,7,9) Risotto 270g (9) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Sok jabłkowy 150ml		C5,C6-Sok wielowarzywny 150l
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Pomidor 60g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata z. 10G Pomidor 60g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (3,7) Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(7) Sałata z.10g Pomidor b/skórki 60g	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C4, C5:Chleb Graham 100g (1) C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (3,7) Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(7) Sałata z.10g Pomidor 60g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g (7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2198,95 Białko ogółem (g) 90,08 Tłuszcz (g) 65,58 KT nasycone (g) 25,37 Węglowodany ogółem (g) 329,22 Cukry (g) 67,23 Błonnik (g) 34,31 Sól (g) 5,00	Wartość energetyczna (kcal) 1918,41 Białko ogółem (g) 71,84 Tłuszcz (g) 59,60 KT nasycone (g) 25,77 Węglowodany ogółem (g) 287,09 Cukry (g) 63,77 Błonnik (g) 26,74 Sól (g) 4,44	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)	Wartość energetyczna (kcal) Białko ogółem (g) Tłuszcz (g) KT nasycone (g) Węglowodany ogółem (g) Błonnik (g) Sól (g)

21.06.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem i siemieniem lnianym 50g	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem i siemieniem lnianym 50g	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko faszerowane 50g (3,7) Mix sałat z pomidorem b/skórki i siemieniem lnianym 50g	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło extra10g (7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem i siemieniem lnianym 50g
	II ŚN		Dzieci- płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)
	Obiad	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Schab duszony ze śliwką 90g Sos 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330 ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Schab duszony ze śliwką 90g Sos 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Schab gotowany 90g Buraczki/ciepło 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Schab duszony ze śliwką 90g Sos 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie warzywno-owocowe 150g(marchew, truskawka)		C5,C6-Smoothie warzywno- owocowe 150g(marchew, truskawka)
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Papryka świeża 60g Smoothie warzywno- owocowe 150g(marchew, truskawka)	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Smoothie warzywno- owocowe 150g(marchew, truskawka)	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Smoothie warzywno- owocowe 150g(marchew, truskawka)	Kawa z mlekiem b/c 250ml (1,7) C3,C5: Chleb Graham 100 g(1) C4, C6: Chleb Graham 70g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g C3, C4: Smoothie warzywno-owocowe 150g(marchew, truskawka)
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Kielbasa drobiowa 20g
		Wartość energetyczna (kcal) 2068,86 Białko ogółem (g) 81,45 Tłuszcz (g) 61,97 KT nasycone (g) 24,70 Węglowodany ogółem (g) 311,70 Cukry (g) 84,42 Błonnik (g) 30,12 Sól (g) 4,21 Sód(mg) 1684,73	Wartość energetyczna (kcal) 2054,46 Białko ogółem (g) 81,27 Tłuszcz (g) 61,91 KT nasycone (g) 24,69 Węglowodany ogółem (g) 308,34 Cukry (g) 81,78 Błonnik (g) 30,00 Sól (g) 3,63 Sód(mg) 1451,33	Wartość energetyczna (kcal) 1976,73 Białko ogółem (g) 86,83 Tłuszcz (g) 52,13 KT nasycone (g) 22,89 Węglowodany ogółem (g) 302,54 Cukry(g) 79,94 Błonnik (g) 23,97 Sól (g) 4,37 Sód(mg) 1747,13	Wartość energetyczna (kcal) 1895,79 Białko ogółem (g) 81,07 Tłuszcz (g) 62,21 KT nasycone (g) 24,72 Węglowodany ogółem (g) 269,80 Cukry(g) 48,65 Błonnik (g) 33,70 Sól (g) 3,58 Sód(mg) 1432,00

*Zastrzegamy możliwość zmiany dań z przyczyn niezależnych od nas.

ALERGENY:

1. Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, owies, orkisz, pszenica)
2. Skorupiaki i produkty pochodne (produkty przygotowane na ich bazie)
3. Jaja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
4. Ryby i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
5. Orzeszki ziemne (arachidowe i produkty przygotowywane na ich bazie)
6. Soja i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
7. Mleko i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
8. Orzechy (migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan , orzechy brazylijskie, orzechy pistacjowe, orzechy makadamia lub orzechy oraz produkty przygotowywane na ich bazie)
9. Seler i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
10. Gorczyca i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne (produkty przygotowywane na ich bazie)
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin (produkty przygotowywane na ich bazie)
14. Mięczaki (produkty przygotowywane na ich bazie)

