

29.06.2025r.	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 100g(1) Masło 82%tł. 10 g Szynka wieprzowa gotowana 40g Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g (jabłko,porzeczka)	Kakao z/c 250ml(7) Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł. 10 g Szynka wieprzowa gotowana 40g Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)	Kakao z/c 250ml(7) Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł. 10 g Szynka wieprzowa gotowana 40g Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g (jabłko,porzeczka)	Kakao b/c 250ml(7) C3,C4,C5: Chleb Graham 100g(1) C5: Chleb Graham 70g (1) Masło 82%tł. 10 g Szynka wieprzowa gotowana 40g Sałata z.10g C3, C4: Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)
	II ŚN		Dzieci – Smoothie owocowe (jabłko,porzeczka) 150g		C5,C6- Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)
	Obiad	Zupa grochowa z makaronem 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Jajko 50g (3) Sos chrzanowy 100ml (1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 130g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Jajko 50g (3) Sos koperkowy 100ml (1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Sztuka mięsa 90g Sos koperkowy 100ml (1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa jarzynowa z makaronem 330ml(1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Jajko 50g (3) Sos koperkowy 100ml (1,7) Surówka z pietruszki, marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- przekąska mleczno-zbożowa 150g (1,7)		C5,C6-Kefir (1)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło 82%tł 10g (7) Krupnik z mięsem 330ml (1,7,9) Twaróg krojony 50g (7) Sałata zielona 10g	Herbata czarna z z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło 82%tł 10g (7) krupnik z mięsem 330ml (1,7,9) Twaróg krojony 50g (7) Sałata zielona 10g	Herbata czarna z z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło 82%tł 10g (7) Krupnik z mięsem 330ml (1,7,9) Twaróg krojony 50g (7) Sałata zielona 10g	Herbata czarna z b/c 250 ml C3: Chleb Graham 100g (1) C4,C5: Chleb Graham 70g (1) C6: Chleb Graham 70g(1) Masło 82%tł 10g (7) Krupnik z mięsem 330ml(1,7,9) C3,C4-Twaróg krojony 50g (7) Sałata zielona 10g
	PN				C4,C6-Chleb Graham 30g (1) Masło 82%tł 5g (7) Ser biały 40g
	Wartości	Wartość energetyczna (kcal) 2096,77 Białko ogółem (g) 89,22 Tłuszcz (g) 57,31 KT nasycone (g) 26,78 Węglowodany ogółem (g) 324,11 Cukry (g) 67,37 Błonnik (g) 35,71 Sól (g) 5,39	Wartość energetyczna (kcal) 1844,96 Białko ogółem (g) 69,72 Tłuszcz (g) 53,53 KT nasycone (g) 23,74 Węglowodany ogółem (g) 285,50 Cukry (g) 67,61 Błonnik (g) 28,30 Sól (g) 5,01	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)

30.06.2025r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kawa z mlekiem z/c z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g Sałata zielona 10g Cytryna 30g	Kawa z mlekiem z/c z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g Sałata zielona 10g Cytryna 30g	Kawa z mlekiem z/c z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g Sałata zielona 10g Cytryna 30g	Kawa z mlekiem b/c 250ml (1,7) C3,C4, C5:Chleb Graham 100 g(1) C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Galaretka drobiowa 80g Sałata zielona 10g Cytryna 30g
	II ŚN		Dzieci- budyń 150ml (1,7)		C5,C6- budyń 150ml (1,7)
	Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszką z. 180 g (1) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g(1,3) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Fasolka szparagowa 100g (1) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszką z. 180 g (1) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g (1,3) Sos pomidorowy 100ml Surówka z selera i jabłka (9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z pietruszką z. 180 g(1) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g (1,3) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Surówka z selera i jabłka (9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszką z. 180 g(1) Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g (1,3) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g (9) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-Banan 150g		C5,C6 – Jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z rybą konserwową i cebulką 70g(3,7) Sałata zielona 10g Jabłko 150 g	Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z włoszczyzną 70g(3,7) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z włoszczyzną 70g(3,7) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Herbata b/c 250ml C3,C4:Chleb graham 100g (1) C5,C6:Chleb Graham 70g Masło extra 10g (7) Twarożek z włoszczyzną 70g(3,7) Sałata zielona 10g C3,C4:Jabłko pieczone 150g
	PN				C4,C6-Chleb graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2016,18 Białko ogółem (g) 90,99 Tłuszcz (g) 62,33 KT nasycone (g) 28,05 Węglowodany ogółem (g) 288,17 Cukry(g) 59,58 Błonnik (g) 30,86 Sól (g) 5,44	Wartość energetyczna (kcal) 2016,18 Białko ogółem (g) 90,99 Tłuszcz (g) 62,33 KT nasycone (g) 28,05 Węglowodany ogółem (g) 288,17 Cukry(g) 59,58 Błonnik (g) 30,86 Sól (g) 5,44	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)

01.07.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Jajko gotowane 50g(3) Włoszczyzna 50g (9)	Kasza kukurydziana na mleku 330 ml(1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Jajko gotowane 50g(3) Włoszczyzna 50g (9)	Kasza kukurydziana na mleku 330 ml(1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Jajko faszerowane 50g(3,7) Włoszczyzna 50g (9)	C3,C4-Kasza kukurydziana na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250 ml C3, C4, C5: Chleb Graham 100g (1) C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Jajko gotowane 50g(3) Włoszczyzna 50g (9)
	II ŚN		Dzieci-Kasza kukurydziana na mleku 330 ml(1,7)		C5,C6 – Kasza kukurydziana na mleku 330 ml(1,7)
		Botwinka z ziemniakami 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem i kurczakiem 300g (1,,3,7) Sos śmietanowy 100ml (1,7) Mix sałat z pomidorem 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Botwinka z ziemniakami 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem i kurczakiem 300g (1,3,7) Sos śmietanowy 100ml (1,7) Mix sałat z pomidorem 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Botwinka z ziemniakami 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa z włoszczyzną i kurczakiem 300g (1,9) Sos koperkowy 100ml (1,7) Marchew plastry/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Botwinka z ziemniakami 330ml (1,7,9) Zapiekanka makaronowa ze szpinakiem i kurczakiem 300g (1,3,7) Sos śmietanowy 100ml (1,7) Mix sałat z pomidorem 50g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- sok owocowy 150g		C5,C6- Sok wielowarzywny 150ml
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb graham 100g (1) Masło 82% tł. 10g (7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g (1,9) Sałata zielona 10g pomidor 60g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb graham 100g (1) Masło 82% tł. 10g (7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g (1,9) Sałata zielona 10g Pomidor 60g	Kawa z mlekiem 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g (1,9) Sałata zielona 10g Pomidor b/skóry 60g	Kawa z mlekiem b/c 250ml(7) Chleb Graham 100 g(7) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9) Sałata zielona 10g C3,C4-Pomidor 60g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2177,93 Białko ogółem (g) 86,81 Tłuszcz (g) 66,01 KT nasycone (g) 24,46 Węglowodany ogółem (g) 325,95 Cukry (g) 53,08 Błonnik (g) 33,46 Sól (g) 3,62 sód(g) 1449,53	Wartość energetyczna (kcal) 2177,93 Białko ogółem (g) 86,81 Tłuszcz (g) 66,01 KT nasycone (g) 24,46 Węglowodany ogółem (g) 325,95 Cukry (g) 53,08 Błonnik (g) 33,46 Sól (g) 3,62 sód(g) 1449,53	Wartość energetyczna (kcal) 2190,52 Białko ogółem (g) 91,36 Tłuszcz (g) 60,23 KT nasycone (g)22,35 Węglowodany ogółem (g)337,03 cukry (g)59,37 Błonnik (g)31,94 Sól (g) 3,76 sód(g)1506,24	Wartość energetyczna (kcal) 2067,14 Białko ogółem (g) 86,61 Tłuszcz (g) 66,31 KT nasycone (g)24,49 Węglowodany ogółem (g)299,4 cukry (g) 35,31 Błonnik (g)37,16 Sól (g) 3,57 sód (g) 1430,32

02.07.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa wieprzowa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 80g (3,7) Sałata z.10g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa wieprzowa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7) Sałata z.10g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa wieprzowa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7) Sałata z.10g	Kakao b/c 250 ml (1,7) C3,C4-Chleb Graham 100 g(1) C5,C6-Chleb Graham 70g Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa wieprzowa szynkowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7) Sałata z.10g
	II		Dzieci – galaretka owocowa		C5, C6- Kanapka z jajkiem (1,3,7)
	Obiad	Zupa ogonowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Filet z kurczaka duszony 100g Sos 100ml (1,7) Surówka z selera naciowego 100g (9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ogonowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Filet z kurczaka duszony 90 g Sos 100ml(1,7) Sałatka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ogonowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z.180g (1) Filet z kurczaka gotowany 90g Sałatka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ogonowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g (1) Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml(1,7) Sałatka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- mus warzywno-owocowy 100ml (jabłko, truskawka)		C5, C6- Mus warzywno-owocowy 100ml (jabłko, truskawka)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) ser żółty 40g(7) Papryka świeża 60g Mus warzywno-owocowy 100 ml (jabłko, truskawka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułami 70g(7,9) Pomidor 50g Mus warzywno-owocowy 100 ml (jabłko, truskawka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułami 70g(7,9) Pomidor b/skórki 50g Mus warzywno-owocowy 100 ml (jabłko, truskawka)	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g(7) Pasta serowa z brokułami 70g(7,9) Pomidor 50g C3,C4- Mus warzywno-owocowy 100 ml (jabłko, truskawka)
	PN				Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g (7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1922,57 Białko ogółem (g) 79,23 Tłuszcz (g) 64,4 KT nasycone (g) 26,98 Węglowodany ogółem (g) 268,67 Cukry(g) 67,08 Błonnik (g) 23,96 Sól (g) 4,18 sód (g) 1670,88	Wartość energetyczna (kcal) 1919,21 Białko ogółem (g) 78,61 Tłuszcz (g) 69,47 KT nasycone (g) 27,62 Węglowodany ogółem (g) 257,55 Cukry(g) 62,62 Błonnik (g) 24,83 Sól (g) 4,37 sód(g) 1747,53	Wartość energetyczna (kcal) 1852,05 Białko ogółem (g) 80,36 Tłuszcz (g) 57,63 KT nasycone (g)22,13 Węglowodany ogółem (g)263,92 cukry (g)63,46 Błonnik (g)21,13 Sól (g) 3,84 sód(g) 1538,13	Wartość energetyczna (kcal)1816,74 Białko ogółem (g) 79,94 Tłuszcz (g) 71,25 KT nasycone (g)28,54 Węglowodany ogółem (g) 228,23 cukry (g) 39,7 Błonnik (g)28,53 Sól (g) 4,37 sód 1748,66

03.07.2026r.	Dieta podstawowa V		Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata z/c 250ml Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Chleb Graham 100g(1) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7,9) Sałata z. 10g Rzodkiewka 60g	Herbata z/c 250ml Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Chleb Graham 100g(1) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Sałata z. 10g	Herbata z/c 250ml Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Chleb pszenny100g(1) Pasta z białek, sera białego z marchewką 70g (3,7) Sałata z. 10g	Herbata b/c 250ml C3,C4-Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Sałata 10g
	II ŚN		Dzieci-Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)		C5,C6- Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z warzywami 180g Ryba po olsztyńsku 100g(1,3,4) sos pietruszkowy 100ml (1,7) Surówka z kapusty włoskiej 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z warzywami 180g Ryba gotowana 100g(4) Sos z cukinii 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z warzywami 180g Ryba gotowana 100g(4) Sos z cukinii 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Ryż z warzywami 180g Ryba gotowana 100g(4) Sos z cukinii 150g(1,7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- jabłko pieczone 150g		C5,C6-jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Twarożek z koperkiem i ziołami 50g (7) Marmolada 50g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Twarożek z koperkiem i ziołami 50g (7) Marmolada 50g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Twarożek z koperkiem i ziołami 50 g (7) Marmolada 50g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5: Chleb Graham 100g (1) C\$,C6: Chleb Graham 70g(1) Twarożek z koperkiem i ziołami 70g Sałata z.10g C3,C4- jabłko pieczone 150g
	PN				C4,C6- Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł-5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal)-2163,62 Białko ogółem (g) -84,3 Tłuszcz (g) – 65,72 KT nasycone (g) – 25,72 Węglowodany ogółem (g)-323,88 Cukry(g)-83,8 Błonnik (g)-29,76 Sól (g-) 3,26 sód(g) 1303,11	Wartość energetyczna (kcal) 2005,14 Białko ogółem (g) -78,02 Tłuszcz (g) – 50,84 KT nasycone (g) – 23,44 Węglowodany ogółem (g)-321,66 Cukry(g)- 86 Błonnik (g)-25,31 Sól (g-) 3,21 sód (g) 1284,93	Wartość energetyczna (kcal) 2000,38 Białko ogółem (g) 78,53 Tłuszcz (g) 46,62 KT nasycone (g)20,78 Węglowodany ogółem (g)327,63 cukry (g)86,6 Błonnik (g)21,61 Sól (g) 3,2 sód(g) 1280,85	Wartość energetyczna (kcal) 1830,79 Białko ogółem (g) 84,81 Tłuszcz (g) 56,53 KT nasycone (g)26,87 Węglowodany ogółem (g)259,6 cukry (g)36,55 Błonnik (g)28,11 Sól (g) 3,51 sód (g)1404,5

04.07.2026r.	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) Szynka drobiowa 40g Sałata zielona 10g Sałatka jarzynowa z fasolką 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata zielona 10g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata zielona 10g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem b/c 250ml (1,7) C3, C4:Chleb Graham 100 g(1) C5,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata zielona 10g C3, C4,C5,C6: Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
	II ŚN		Dzieci-galaretka owocowa 150g		C5,C6- kisel 150ml(1,7)
	Obiad	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g(1) Sos mięsny 150 ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g(1) Sos mięsny 150 ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g(1) Sos mięsny 150 ml (1,7) Marchew /parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g(1) Sos mięsny 150 ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie owocowo-warzywne 150ml (jabłko,marchew)		C5,C6 -Smoothie owocowo-warzywne 150ml (jabłko,marchew)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowo-jajeczna ze szpinakiem 70 g (3,7) Sałata z. 10g Smoothie owocowo-warzywne 150 ml (jabłko, marchew)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowo-jajeczna ze szpinakiem 70g(3,7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml (jabłko, marchew)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z sera i białek z brokułami 70 g (3,7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne 150ml (jabłko,marchew)	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Sałata z.10g Pasta serowo-jajeczna ze szpinakiem 70g (3,7) C3,C4-Smoothie owocowo-warzywne 150ml (jabłko, marchew)
	PN				C4,C6-Chleb Graham 30g(1) Masło 82 %tł-5g(7) Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2032,3 Białko ogółem (g) 75,4 Tłuszcz (g) 63,16 KT nasycone (g) 23,03 Węglowodany ogółem (g) 303,39 Cukry(g) 58,5 Błonnik (g) 25,72 Sól (g) 4,1 sód(mg) 1640,8	Wartość energetyczna (kcal)1997,5 Białko ogółem (g) 73,15 Tłuszcz (g) 62,87 KT nasycone (g) 23 Węglowodany ogółem (g) 296,79 Cukry(g) 58,02 Błonnik (g) 24,12 Sól (g) 4,06 sód (mg) 1623,7	Wartość energetyczna (kcal) 1893,21 Białko ogółem (g) 72,92 Tłuszcz (g) 47,48 KT nasycone (g)19,2 Węglowodany ogółem (g)305,07 cukry (g)61,63 Błonnik (g)22,68 Sól (g) 4,27 sód(g) 1708,49	Wartość energetyczna (kcal) 1841,23 Białko ogółem (g) 72,94 Tłuszcz (g) 63,17 KT nasycone (g)23,03 Węglowodany ogółem (g)258,86 cukry (g)27,82 Błonnik (g)27,82 Sól (g) 4,01 sód(g) 1604,19

05.07.2026r.	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 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Pomidor 60g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g Jajko 50g (3) Pomidor 60g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszzerowane 50g (3,7) Pomidor b/skóry 60g	C3,C4: Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml b/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Pomidor 60g
	II ŚN		Dzieci- Kasza manna na mleku 330ml (1,7)		C5,C6-Kasza manna na mleku 330ml (1,7)
	Obiad	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g Udko gotowane 200g Marchew oprószana z groszkiem 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g Udko gotowane 200g Marchew oprószana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g udko gotowane 200g Marchew oprószana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Rosół z makaronem 330ml (1,3,9) Ziemniaki z pietruszka z. 180g Udko gotowane 200g Marchew oprószana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci: jabłko pieczone 150g		C5,C6:Jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata zielona 10g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata zielona 10g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata zielona 10g Jabłko 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5:Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 30g Twarożek z pietruszką 50g(7) Sałata z. 10g C3,C4: jabłko pieczone 150g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g(7)
Wartości odżywcze		Wartość energetyczna (kcal) 1878,51 Białko ogółem (g) 93,91 Tłuszcz (g) 53,71 KT nasycone (g) 23,55 Węglowodany ogółem (g) 267,4 Cukry(g) 67,96 Błonnik (g) 23,85 Sól (g) 4,07 sód (mg) 1628,1	Wartość energetyczna (kcal) 1871,21 Białko ogółem (g) 93,42 Tłuszcz (g) 53,69 KT nasycone (g) 23,55 Węglowodany ogółem (g) 265,82 Cukry(g) 67,6 Błonnik (g) 23,28 Sól (g) 4,02 sód(mg) 1610,3	Wartość energetyczna (kcal) 1917,71 Białko ogółem (g) 100,81 Tłuszcz (g) 51,58 KT nasycone (g) 23,61 Węglowodany ogółem (g) 273,22 cukry(g) 69,4 Błonnik (g) 19,58 Sól (g) 4,12 sód(mg) 1649,97	Wartość energetyczna (kcal) 1838,65 Białko ogółem (g) 100,74 Tłuszcz (g) 59,99 KT nasycone (g) 27,43 Węglowodany ogółem (g) 237,78 cukry (g) 44,76 Błonnik (g) 26,98 Sól (g) 4,02 sód(mg) 1609,11

*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)