05.10.2026r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kakao 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa kminkowa 40g Sałata zielona 10g Ogórek świeży 60g	Kakao 250ml z/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa kminkowa 40g Sałata zielona 10g Pomidor 60g	Kakao 250ml z/c (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa kminkowa 40g Sałata zielona 10g Pomidor b/skórki 60g	Kakao 250ml b/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa kminkowa 40g Sałata zielona 10g Ogórek świeży 60g
	II ŚN		Dzieci- Drożdżówka ze śliwką (1,3)		C5,C6- kanapka dekoracyjna (1,3)
	Obiad	Zupa jarzynowa z makaronem i ciecierzycą 330ml(1,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba/parze 100g (4) Sos tymiankowy 100ml (1,7) Surówka z marchewki, pietruszki 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 tymiankowy 100g (1,7) Surówka z marchewki, pietruszki 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 tymiankowy 100g (1,7) Surówka z marchewki, pietruszki 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 tymiankowy 100g (1,7) Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- kisiel 150g		C5,C6:kisiel 150g
	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) Kiełbasa kminkowa 20g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 1883,02** **Białko ogółem (g) 83,33** **Tłuszcz (g) 53,75** **KT nasycone (g) 22,81** **Węglowodany ogółem (g) 280,51** **Cukry(g) 61,72** **Błonnik (g) 27,47** **Sól (g) 3,92** **Sód(mg) 1568,13**	**Wartość energetyczna (kcal) 1849,77** **Białko ogółem (g) 81,32** **Tłuszcz (g) 53,21** **KT nasycone (g) 22,76** **Węglowodany ogółem (g) 274,99** **Cukry(g) 61,51** **Błonnik (g) 26,52** **Sól (g) 3,91** **Sód(mg) 1565,20**	**Wartość energetyczna (kcal) 1840,59** **Białko ogółem (g) 81,33** **Tłuszcz (g) 49,10** **KT nasycone (g) 21,43** **Węglowodany ogółem (g) 280,09** **Cukry(g) 61,65** **Błonnik (g) 22,64** **Sól (g) 3,95** **Sód(mg) 1579,68**	**Wartość energetyczna (kcal) 1820,28** **Białko ogółem (g) 87,60** **Tłuszcz (g) 63,53** **KT nasycone (g) 27,23** **Węglowodany ogółem (g) 239,83** **Cukry(g) 31,42** **Błonnik (g) 30,22** **Sól (g) 4,27** **Sód(mg) 1708,11**

06.10.2026 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 Smoothie owocowe 150g (jabłko, dynia)	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 Smoothie owocowe 150g (jabłko, dynia)	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 Smoothie owocowe 150g (jabłko, dynia)	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 Smoothie owocowe 150 g (jabłko, dynia)
	II ŚN		Dzieci- Smoothie owocowe 150g (jabłko, dynia)		C5, C6-Smoothie owocowe 150g (jabłko, dynia)
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Befsztyk z cebulką 70g(1,3) Kapusta gotowana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g(1,3) Marchew oprószana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180 g Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g(1,3) Marchew oprószana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Rolada z mięsa mielonego z brokułem 70g(1,3) Marchew oprószana 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-galaretka owocowa z bananem		C5, C6: banany 150g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g(7) Sałata z.10g Pomidor 50g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pomidorem i pietruszką z.70g(7) Sałata z.10g Pomidor 50g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pomidorem i pietruszką z.70g(7) Sałata z.10g Pomidor b/skóry 50g	Herbata b/c 250ml C3, C5: Chleb Graham 100 g(1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Twarożek z pomidorem i pietruszką z.70g(7) Sałata z.10g Pomidor 50g
	PN				Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Kiełbasa kminkowa 20g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2081,47** **Białko ogółem (g) 93,79** **Tłuszcz (g) 66,10** **KT nasycone (g) 26,19** **Węglowodany ogółem (g) 293,56** **Cukry(g) 68,29** **Błonnik (g) 30,62** **Sól (g) 3,45** **Sód(mg) 1380,89**	**Wartość energetyczna (kcal) 1856,84** **Białko ogółem (g) 88,91** **Tłuszcz (g) 49,36** **KT nasycone (g) 22,25** **Węglowodany ogółem (g) 279,36** **Cukry(g) 67,36** **Błonnik (g) 29,27** **Sól (g) 3,58** **Sód(mg) 1431,87**	**Wartość energetyczna (kcal) 1969,21** **Białko ogółem (g) 87,50** **Tłuszcz (g) 54,92** **KT nasycone (g) 21,97** **Węglowodany ogółem (g) 294,61** **Cukry(g) 66,25** **Błonnik (g) 25,71** **Sól (g) 4,38** **Sód(mg) 1752,01**	**Wartość energetyczna (kcal) 1812,23** **Białko ogółem (g) 92,46** **Tłuszcz (g) 60,57** **KT nasycone (g) 25,75** **Węglowodany ogółem (g) 241,05** **Cukry(g) 34,26** **Błonnik (g) 32,97** **Sól (g) 3,86** **Sód(mg) 1543,93**

07.10.2026r.		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 drobiowa 40g Sałatka jarzynowa z groszkiem 80g(3,7,9)	Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	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 drobiowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)
	II ŚN		Dzieci- Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)		C5,C6: Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)
		Zupa rosołowa z kaszą pęczak 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3) Sos mięsny 100ml (1,7) Surówka z selera, marchewki i jabłka 100g (9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosołowa z kaszą jęczmienną 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3) Sos mięsny 100ml (1,7) Surówka z selera, marchewki i jabłka 100g (9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosołowa z kaszą jęczmienną 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3) Sos mięsny 100ml (1,7) Surówka z selera, marchewki i jabłka 100g (9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa rosołowa z kaszą pęczak 330ml (1,7,9) Kluski śląskie ze szpinakiem (1,3) Sos mięsny 100ml (1,7) Surówka z selera, marchewki i jabłka 100g (9) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- jabłko 150g		C5,C6-jabłko 150g
	Kolacja I/II	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z rybą konserwową i cebulką zieloną 70g(3,4,7) Sałata zielona 10g Ogórek świeży 50g Jabłko 150g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z koperkiem 70g(3,,7,9) Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Kakao z/c 250 ml (1,7) Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z białek, sera białego z koperkiem 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 10g (7) Pasta jajeczna z koperkiem 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) 2167,11 Białko ogółem (g) 81,56 Tłuszcz (g) 64,89 KT nasycone (g) 26,70 Węglowodany ogółem (g) 329,40 Cukry(g) 61,08 Błonnik (g) 29,79 Sól (g) 4,35 Sód(mg) 1739,05	Wartość energetyczna (kcal) 2139,24 Białko ogółem (g) 77,41 Tłuszcz (g) 64,54 KT nasycone (g) 27,43 Węglowodany ogółem (g) 326,98 Cukry(g) 60,42 Błonnik (g) 29,03 Sól (g) 4,16 Sód(mg) 1665,67	Wartość energetyczna (kcal) 2086,40 Białko ogółem (g) 77,87 Tłuszcz (g) 55,13 KT nasycone (g) 24,37 Węglowodany ogółem (g) 332,92 Cukry(g) 60,93 Błonnik (g) 25,33 Sól (g) 4,23 Sód(mg) 1691,93	Wartość energetyczna (kcal) 2052,39 Białko ogółem (g) 77,21 Tłuszcz (g) 64,84 KT nasycone (g) 27,46 Węglowodany ogółem (g) 306,41 Cukry(g) 45,25 Błonnik (g) 32,73 Sól (g) 4,11 Sód(mg) 1646,52

08.10.2026 r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Ser żółty 40g (7) Papryka świeża 60g Sałata z.10g Smoothie owocowe 150g (jabłko, truskawka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułem 70g Sałata z. 10g Pomidor 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, truskawka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułem 70g Sałata z. 10g Pomidor b/skóry 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, truskawka)	Herbata czarna b/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa z brokułem 70g Sałata z. 10g Pomidor 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, truskawka)
	II ŚN		Dzieci- Smoothie owocowe 150g (jabłko, truskawka)		C5, C6 – Smoothie owocowe 150g (jabłko, truskawka)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml (1,7) Sałata z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka gotowany 90g Marchew plastry/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jaglana z koperkiem 180g Filet z kurczaka duszony 90g Sos ziołowy 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-Budyń 150g (1,7)		C5, C6-Budyń 150g (1,7)
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka z pieczarek 80g (3,7)	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Włoszczyzna/parze 60g (9)	Kawa z mlekiem z/c 250 ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Włoszczyzna/parze 60g (9)	Kawa z mlekiem b/c 250 ml (1,7) C3, C5: Chleb Graham 100 g(1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Włoszczyzna/parze 60g (9)
	PN				Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2068,41** **Białko ogółem (g) 84,24** **Tłuszcz (g) 66,35** **KT nasycone (g) 27,46** **Węglowodany ogółem (g) 296,99** **Cukry(g) 61,93** **Błonnik (g) 26,44** **Sól (g) 5,51** **Sód(mg) 2203,01**	**Wartość energetyczna (kcal) 1990,13** **Białko ogółem (g) 81,12** **Tłuszcz (g) 60,15** **KT nasycone (g) 25,08** **Węglowodany ogółem (g) 293,91** **Cukry(g) 62,51** **Błonnik (g) 25,20** **Sól (g) 4,27** **Sód(mg) 1708,37**	**Wartość energetyczna (kcal) 1906,03** **Białko ogółem (g) 81,81** **Tłuszcz (g) 48,72** **KT nasycone (g) 20,06** **Węglowodany ogółem (g) 297,40** **Cukry(g) 67,29** **Błonnik (g) 24,00** **Sól (g) 3,86** **Sód(mg) 1543,02**	**Wartość energetyczna (kcal) 1843,43** **Białko ogółem (g) 80,92** **Tłuszcz (g) 60,45** **KT nasycone (g) 25,83** **Węglowodany ogółem (g) 258,37** **Cukry(g) 32,37** **Błonnik (g) 28,90** **Sól (g) 4,22** **Sód(mg) 1689,07**

09.10.2026r.		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) Pomidor 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) Pomidor 60g	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) Pomidor b/skóry 60g	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(3) Pomidor 60g
	II ŚN		Dzieci- Kasza manna na mleku 330ml (1,7)		C5,C6: Kasza manna na mleku 330ml(1,7)
		Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Kotlet mielony smażony z ryby 100g(1,3,4) Surówka z kapusty pekińskiej z papryką świeżą i ogórkiem 100 g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Pulpet z ryby w jarzynach 100g/120g (1,4,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Pulpet z ryby w jarzynach 100g/120g (1,4,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z koperkiem 180g Pulpet z ryby w jarzynach 100g/120g (1,4,9) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci – Jabłko 150g		C5,C6 – Jabłko 150g
	Kolacja I/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 Jabłko 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-Jabłko 150g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 1941,67** **Białko ogółem (g) 75,24** **Tłuszcz (g) 63,28** **KT nasycone (g) 23,05** **Węglowodany ogółem (g) 280,22** **Cukry (g) 65,84** **Błonnik (g) 24,62** **Sól (g) 3,47** **Sód (mg) 1387,16**	**Wartość energetyczna (kcal) 1870,40** **Białko ogółem (g) 73,20** **Tłuszcz (g) 59,98** **KT nasycone (g) 23,31** **Węglowodany ogółem (g) 272,10** **Cukry (g) 67,09** **Błonnik (g) 24,50** **Sól (g) 3,46** **Sód (mg) 1384,27**	**Wartość energetyczna (kcal) 1888,50** **Białko ogółem (g) 80,57** **Tłuszcz (g) 54,67** **KT nasycone (g) 22,43** **Węglowodany ogółem (g) 279,48** **Cukry (g) 68,87** **Błonnik (g) 20,80** **Sól (g) 3,55** **Sód (mg) 1419,18**	**Wartość energetyczna (kcal) 1805,32** **Białko ogółem (g) 78,03** **Tłuszcz (g) 65,86** **KT nasycone (g) 26,61** **Węglowodany ogółem (g) 239,45** **Cukry (g) 36,05** **Błonnik (g) 28,23** **Sól (g) 3,76** **Sód (mg) 1504,51**

10.10.2026r.

	Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
Śniadanie	Kawa z mlekiem z/c 250ml (7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa z fasolką 80g (3,7)	Kawa z mlekiem z/c 250ml (7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250ml (7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem 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) Szynka gotowana 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
II ŚN		Dzieci-Koktajl owocowy 150ml		C5, C6: Kefir 150ml
Obiad	Zupa ziemniaczana 330ml (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 330ml (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 330ml (1,7,9) Risotto z włoszczyzną, brokułami i mięsem wieprzowym 270g(9) Sos pomidorowy 100ml (1,7) Marchew plastry/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (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
PD		Dzieci- Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, marchew)		C5,C6-Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, marchew)
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) Sałata z. 10g Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, marchew)	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 Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, marchew)	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 Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, marchew)	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 Smoothie owocowo-warzywne 150g (jabłko, marchew)
PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g (7) Wędlina 20g
Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2043,79 Białko ogółem (g) 75,38 Tłuszcz (g) 65,59 KT nasycone (g) 25,96 Węglowodany ogółem (g) 301,96 Cukry (g) 62,99 Błonnik (g) 27,73 Sól (g) 3,91 Sód (mg) 1565,67	Wartość energetyczna (kcal) 2012,29 Białko ogółem (g) 73,24 Tłuszcz (g) 65,43 KT nasycone (g) 25,94 Węglowodany ogółem (g) 295,80 Cukry (g) 62,72 Błonnik (g) 26,16 Sól (g) 3,91 Sód (mg) 1563,77	Wartość energetyczna (kcal) 1949,70 Białko ogółem (g) 73,58 Tłuszcz (g) 52,69 KT nasycone (g) 21,35 Węglowodany ogółem (g) 308,10 Cukry (g) 66,68 Błonnik (g) 25,25 Sól (g) 4,21 Sód (mg) 1683,97	Wartość energetyczna (kcal) 1880,65 Białko ogółem (g) 76,78 Tłuszcz (g) 65,64 KT nasycone (g) 28,70 Węglowodany ogółem (g) 260,48 Cukry (g) 32,61 Błonnik (g) 29,86 Sól (g) 4,19 Sód (mg) 1675,87

		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
11.10.2026r.	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło exstra10g (7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem 50g	Kasza kukurydziana na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło exstra10g (7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem 50g	Kasza kukurydziana na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło exstra10g (7) Jajko faszerowane 50g (3,7) Mix sałat z pomidorem b/skóry 50g	Kasza kukurydziana na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250 ml Chleb Graham 100g (1) Masło exstra10g (7) Jajko 50g (3) Mix sałat z pomidorem 50g
	II ŚN		Dzieci- Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7)
	Obiad	Zupa kminkowa z tartym ciastem 330ml (1,3,7) Ziemniaki z koperkiem 180g Schab duszony z marchewką 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 z marchewką 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 z marchewką 90g Sos 100ml (1,7) Buraczki z jabłkiem 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Jabłko 150g		C5,C6-Jabłko 150g
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata z.10g Papryka świeża 60g Jabłko 150g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata z.10g Pomidor 60g Jabłko pieczone 150g	Kawa z mlekiem z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata z.10g Pomidor b/skórki 60g Jabłko pieczone 150g	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 drobiowa 40g Sałata z.10g Pomidor 60g C3, C4: Jabłko 150g
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 1980,52 Białko ogółem (g) 73,89 Tłuszcz (g) 60,14 KT nasycone (g) 24,34 Węglowodany ogółem (g) 299,46 Cukry (g) 79,97 Błonnik (g) 26,39 Sól (g) 4,17 Sód (g) 1669,28	Wartość energetyczna (kcal) 1975,15 Białko ogółem (g) 73,75 Tłuszcz (g) 60,00 KT nasycone (g) 24,32 Węglowodany ogółem (g) 298,46 Cukry (g) 79,23 Błonnik (g) 26,06 Sól (g) 4,18 Sód (g) 1672,36	Wartość energetyczna (kcal) 1960,97 Białko ogółem (g) 81,72 Tłuszcz (g) 51,24 KT nasycone (g) 23,58 Węglowodany ogółem (g) 304,51 Cukry (g) 83,77 Błonnik (g) 21,50 Sól (g) 4,82 Sód (g) 1928,96	Wartość energetyczna (kcal) 1816,48 Białko ogółem (g) 73,55 Tłuszcz (g) 60,30 KT nasycone (g) 24,35 Węglowodany ogółem (g) 259,93 Cukry (g) 46,10 Błonnik (g) 29,76 Sól (g) 4,13 Sód (g) 1653,03

*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)