		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
19.10.2026r.	Śniadanie	Kakao 250ml z/c(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10 Papryka konserwowa 50g Jabłko 150g	Kakao 250ml z/c(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Pomidor 60g Jabłko pieczone 150g	Kakao 250ml z/c(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z. Pomidor b/skóry 60g Jabłko pieczone 150g	Kakao 250ml b/c(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Pomidor 60g Jabłko 150g
	II ŚN		Dzieci- Jabłko 150g		C5,C6- Jabłko 150g
	Obiad	Żurek z ziemniakami i wędliną 330ml (1,7,9) Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami 280g (1,3,7) Sos koperkowy 100ml(1,7) Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Żurek z ziemniakami i wędliną 330ml (1,7,9) Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami 280g (1,3,7) Sos koperkowy 100ml(1,7) Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Żurek z ziemniakami i wędliną 330ml (1,7,9) Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami 280g (1,3,7) Sos koperkowy 100ml (1,7) Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Żurek z ziemniakami i wędliną 330ml (1,7,9) Makaron zapiekany z kurczakiem i warzywami 280g (1,3,7) Sos koperkowy 100ml(1,7) Surówka z marchewki, pietruszki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- budyń 150ml (1,7)		C5,C6- budyń 150ml(1,7)
	Kolacja I/II	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z białek, sera białego z pietruszka z. 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250 ml C3,C5:Chleb Graham 100g (1) C4,C6:Chleb Graham 70g(1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7,9) Sałata zielona 10g
	PN				C4,C6: Chleb graham 30g Masło 82%tł 5g Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2147,75** **Białko ogółem (g) 82,24** **Tłuszcz (g) 64,87** **KT nasycone (g) 25,42** **Węglowodany ogółem (g) 324,42** **Cukry(g) 80,65** **Błonnik (g) 31,29** **Sól (g) 4,24** **sód(mg) 1697,90**	**Wartość energetyczna (kcal) 2122,64** **Białko ogółem (g) 81,78** **Tłuszcz (g) 62,91** **KT nasycone (g) 24,32** **Węglowodany ogółem (g) 322,78** **Cukry(g) 79,44** **Błonnik (g) 30,80** **Sól (g) 4,24** **sód(mg) 1696,59**	**Wartość energetyczna (kcal) 2034,82** **Białko ogółem (g) 81,75** **Tłuszcz (g) 50,32** **KT nasycone (g) 22,64** **Węglowodany ogółem (g) 327,40** **Cukry(g) 79,29** **Błonnik (g) 26,71** **Sól (g) 4,26** **sód(mg) 1703,47**	**Wartość energetyczna (kcal) 2011,41** **Białko ogółem (g) 88,72** **Tłuszcz (g) 64,15** **KT nasycone (g) 27,85** **Węglowodany ogółem (g) 286,64** **Cukry(g) 48,95** **Błonnik (g) 34,11** **Sól (g) 4,23** **sód(mg) 1693,05**

20.10.2026r.		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 (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 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 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- koktajl owocowy 150ml (1,7)		C5,C6- koktajl owocowy 150ml (1,7)
	Obiad	Zupa ogonowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszką z. 180 g (1) Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g(1,3) Szpinak 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ogonowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszka z. 180 g (1) Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g (1,3) Szpinak 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ogonowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z pietruszka z. 180 g(1) Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g (1,3) Sos jarzynowy100 ml (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ogonowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza gryczana z pietruszka z. 180 g(1) Rolada z mięsa mielonego z marchewką 70g (1,3) Szpinak 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, jabłko)		C5,C6 – Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, jabłko)
	Kolacja I/II	Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z rybą konserwową i cebulką z. 70g(3,7) Sałata zielona 10g Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, jabłko)	Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata zielona 10g Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, jabłko)	Herbata z/c 250ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata zielona 10g Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, jabłko)	Herbata b/c 250ml C3,C4:Chleb graham 100g (1) C5,C6:Chleb Graham 70g Masło extra 10g (7) Twarożek z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata zielona 10g C3,C4:Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, jabłko)
	PN				C4,C6-Chleb graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) wędlina 20g(7)
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2009,02** **Białko ogółem (g) 92,84** **Tłuszcz (g) 57,52** **KT nasycone (g) 27,71** **Węglowodany ogółem (g) 295,25** **Cukry(g) 62,43** **Błonnik (g) 30,17** **Sól (g) 4,18** **sód(mg) 1671,27**	**Wartość energetyczna (kcal) 1972,88** **Białko ogółem (g) 92,02** **Tłuszcz (g) 55,41** **KT nasycone (g) 26,57** **Węglowodany ogółem (g) 291,04** **Cukry(g) 59,62** **Błonnik (g) 28,75** **Sól (g) 4,17** **sód(mg) 1669,16**	**Wartość energetyczna (kcal) 1953,53** **Białko ogółem (g) 89,45** **Tłuszcz (g) 49,68** **KT nasycone (g) 21,74** **Węglowodany ogółem (g) 299,43** **Cukry(g) 60,96** **Błonnik (g) 23,77** **Sól (g) 3,48** **sód(mg) 1393,98**	**Wartość energetyczna (kcal) 1826,18** **Białko ogółem (g) 91,82** **Tłuszcz (g) 55,71** **KT nasycone (g) 26,60** **Węglowodany ogółem (g) 255,50** **Cukry(g) 29,48** **Błonnik (g) 32,45** **Sól (g) 4,12** **sód(mg) 1649,86**

21.10.2026r.		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 z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Jajko gotowane 50g(3) Pomidor 60g	Płatki owsiane na mleku 330 ml(1,7) Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Jajko gotowane 50g(3) Pomidor 60g	Płatki owsiane 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) Pomidor b/skóry 60g	C3,C4-Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250 ml C3, C4, C5, C6: Chleb Graham 100g (1) Masło extra 10g (7) Jajko gotowane 50g(3) Włoszczyzna 50g (9) Pomidor 60g
	II ŚN		Dzieci-Płatki owsiane na mleku 330 ml(1,7)		C5,C6 – Płatki owsiane na mleku 330 ml(1,7)
		Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Łazanki z kapustą i kiełbasą 400g (1,3) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Pierogi leniwe(1,3,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Pierogi leniwe(1,3,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Barszcz czerwony z ziemniakami 330ml (1,7,9) Pierogi leniwe(1,3,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml
	PD		Dzieci- Jabłko 150g		C5,C6- Grejpfrut 150g
	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 Grejpfrut 150g	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 Jabłko pieczone 150g	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 Jabłko pieczone 150g	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-Grejpfrut 150g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł.5g(7) Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2168,59** **Białko ogółem(g) 82,61** **Tłuszcz (g) 66,30** **KT nasycone (g) 27,69** **Węglowodany ogółem (g) 327,16** **Cukry (g) 66,59** **Błonnik (g) 33,27** **Sól (g) 3,97** **sód(mg) 1589,77**	**Wartość energetyczna (kcal) 2153,97** **Białko ogółem(g) 92,26** **Tłuszcz (g) 63,07** **KT nasycone (g) 28,55** **Węglowodany ogółem (g) 318,47** **Cukry (g) 83,51** **Błonnik (g) 27,68** **Sól (g) 3,60** **sód(mg) 1439,80**	**Wartość energetyczna (kcal) 2135,13** **Białko ogółem(g) 99,36** **Tłuszcz (g) 53,88** **KT nasycone (g) 25,43** **Węglowodany ogółem (g) 325,50** **Cukry (g) 84,88** **Błonnik (g) 23,98** **Sól (g) 3,72** **sód(mg) 1489,14**	**Wartość energetyczna (kcal) 1986,93** **Białko ogółem(g) 92,20** **Tłuszcz (g) 63,12** **KT nasycone (g) 28,58** **Węglowodany ogółem (g) 278,09** **Cukry (g) 49,24** **Błonnik (g) 31,01** **Sól (g) 3,55** **sód(mg) 1420,22**

22.10.2026r.		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 groszkiem 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 ŚN		Dzieci – Kanapka dekoracyjna (1,3,7)		C5, C6- Kanapka dekoracyjna (1,3,7)
	Obiad	Zupa kminkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Filet z kurczaka duszony 100g Sos 100ml (1,7) marchew/parze 50g brokuł/parze 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Filet z kurczaka duszony 90 g Sos 100ml(1,7) marchew /parze 50g brokuł/parze 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z.180g Filet z kurczaka gotowany 90g marchew/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kminkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180 g Filet z kurczaka duszony 90g Sos 100ml(1,7) marchew/parze 50g brokuł/parze Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- mus owocowy 100ml (jabłko, truskawka)		C5, C6- Mus owocowy 100ml (jabłko, truskawka)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa ze szpinakiem 70g(7,9) Sałata z. 10g ogórek świeży 60g Mus owocowy 100 ml (Jabłko, truskawka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa ze szpinakiem 70g(7,9) Sałata z. 10g Pomidor 60g Mus owocowy 100 ml (jabłko, truskawka)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowa ze szpinakiem 70g(7,9) Sałata z. 10g Pomidor b/skórki 60g Mus 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 ze szpinakiem 70g(7,9) Sałata z. 10g Pomidor 60g C3,C4- Mus owocowy 100 ml (jabłko, truskawka)
	PN				Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Ser biały 40g (7)
	Wartości	**Wartość energetyczna (kcal) 1860,04 Białko ogółem (g) 80,80 Tłuszcz (g) 61,94 KT nasycone (g) 26,93 Węglowodany ogółem (g) 257,19 Cukry(g) 63,56 Błonnik (g) 24,29 Sól (g) 4,53 sód (mg) 1811,65**	**Wartość energetyczna (kcal) 1842,33 Białko ogółem (g) 80,67 Tłuszcz (g) 60,15 KT nasycone (g) 26,86 Węglowodany ogółem (g) 256,90 Cukry(g) 64,28 Błonnik (g) 24,19 Sól (g) 4,44 sód (mg) 1777,06**	**Wartość energetyczna (kcal) 1808,80 Białko ogółem (g) 80,37 Tłuszcz (g) 55,51 KT nasycone (g) 21,48 Węglowodany ogółem (g) 257,81 Cukry(g) 66,68 Błonnik (g) 20,91 Sól (g) 3,98 sód (mg) 1591,66**	**Wartość energetyczna (kcal) 1815,38 Białko ogółem (g) 90,01 Tłuszcz (g) 65,31 KT nasycone (g) 30,86 Węglowodany ogółem (g) 231,10 Cukry(g) 35,88 Błonnik (g) 28,32 Sól (g) 4,48 sód (mg) 1791,43**

23.10.2026r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata z/c 250ml Kasza jęczmienna 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 Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7) Chleb Graham 100g(1) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Sałata z. 10g	Herbata z/c 250ml Kasza jęczmienna 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-Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7) Chleb Graham 100g (1) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Sałata 10g
	II ŚN		Dzieci-Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7)		C5,C6- Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7)
	Obiad	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Ryba po grecku 100/150g (1,3,4) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Ryba w jarzynach 100/120g(4,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Ryba w jarzynach 100/120g(4,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ryżowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Ryba w jarzynach 100/120g(4,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml
	PD		Dzieci- Jabłko 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 150g
	PN				C4,C6- Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł-5g(7) Wędlina 20g
	Wartości	**Wartość energetyczna (kcal) 2086,00 Białko ogółem (g) 76,79 Tłuszcz (g) 66,48 KT nasycone (g) 24,69 Węglowodany ogółem (g) 310,13 Cukry(g) 89,56 Błonnik (g) 29,32 Sól (g) 4,26 sód(mg) 1705,79**	**Wartość energetyczna (kcal) 1895,81 Białko ogółem (g) 72,02 Tłuszcz (g) 57,28 KT nasycone (g) 22,98 Węglowodany ogółem (g) 285,87 Cukry(g) 82,85 Błonnik (g) 25,06 Sól (g) 3,35 sód(mg) 1339,40**	**Wartość energetyczna (kcal) 1840,83 Białko ogółem (g) 72,69 Tłuszcz (g) 47,32 KT nasycone (g) 20,30 Węglowodany ogółem (g) 292,08 Cukry(g) 83,67 Błonnik (g) 21,36 Sól (g) 3,36 sód(mg) 1345,27**	**Wartość energetyczna (kcal) 1807,30 Białko ogółem (g) 81,31 Tłuszcz (g) 66,00 KT nasycone (g) 27,61 Węglowodany ogółem (g) 236,57 Cukry(g) 36,42 Błonnik (g) 28,94 Sól (g) 3,73 sód(mg) 1492,35**

24.10.2026r.		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 ciecierzycą 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-budyń 150ml(1,7)		C5,C6-budyń 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 z brokułem 70 g (3,7) Sałata z. 10g ogórek świeży 60g Smoothie owocowe-warzywne 150 ml (jabłko, marchew)	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta serowo-jajeczna z brokułem 70g(3,7) Sałata z.10g Pomidor 60g 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 brokułem 70 g (3,7) Sałata z.10g Pomidor b/skóry 60g 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 z brokułem 70g (3,7) Pomidor 60g 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) 2069,32** **Białko ogółem (g) 74,14** **Tłuszcz (g) 67,37** **KT nasycone (g) 25,47** **Węglowodany ogółem (g) 304,47** **Cukry(g) 62,20** **Błonnik (g) 25,45** **Sól (g) 3,84** **sód(mg) 1538,04**	**Wartość energetyczna (kcal) 2005,66** **Białko ogółem (g) 72,39** **Tłuszcz (g) 63,19** **KT nasycone (g) 25,33** **Węglowodany ogółem (g) 299,35** **Cukry(g) 62,20** **Błonnik (g) 24,71** **Sól (g) 3,79** **sód(mg) 1517,85**	**Wartość energetyczna (kcal) 1947,68** **Białko ogółem (g) 73,36** **Tłuszcz (g) 51,06** **KT nasycone (g) 21,31** **Węglowodany ogółem (g) 310,59** **Cukry(g) 65,68** **Błonnik (g) 23,26** **Sól (g) 4,03** **sód(mg) 1614,45**	**Wartość energetyczna (kcal) 1901,01** **Białko ogółem (g) 75,93** **Tłuszcz (g) 66,40** **KT nasycone (g) 28,29** **Węglowodany ogółem (g) 264,04** **Cukry(g) 32,09** **Błonnik (g) 28,41** **Sól (g) 4,07** **sód(mg) 1629,94**

25.10.2026r.		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 250ml z/c Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Sałatka wiosenna 50g	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) Sałatka wiosenna 50g	Kasza manna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszerowane 50g (3,7) Sałatka wiosenna 50g	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) Sałatka wiosenna 50g
	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 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) 1912,35 Białko ogółem (g) 93,40 Tłuszcz (g) 58,66 KT nasycone (g) 23,87 Węglowodany ogółem (g) 264,79 Cukry(g) 66,74 Błonnik (g) 23,09 Sól (g) 4,02 sód(mg) 1608,41**	**Wartość energetyczna (kcal) 1912,35 Białko ogółem (g) 93,40 Tłuszcz (g) 58,66 KT nasycone (g) 23,87 Węglowodany ogółem (g) 264,79 Cukry(g) 66,74 Błonnik (g) 24,09 Sól (g) 4,02 sód(mg) 1608,41**	**Wartość energetyczna (kcal) 1936,15 Białko ogółem (g) 100,76 Tłuszcz (g) 53,95 KT nasycone (g) 22,49 Węglowodany ogółem (g) 272,17 Cukry(g) 68,51 Błonnik (g) 19,39 Sól (g) 4,10 sód(mg) 1639,74**	**Wartość energetyczna (kcal) 1856,49 Białko ogółem (g) 100,71 Tłuszcz (g) 66,77 KT nasycone (g) 27,15 Węglowodany ogółem (g) 226,76 Cukry(g) 33,91 Błonnik (g) 26,79 Sól (g) 4,00 sód(mg) 1602,36**

*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)