28.09.2026r.		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) Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9) Sałata z.10g Pomidor 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)	Kakao 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 Pomidor 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka	Kakao 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 Pomidor b/skóry 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)	Kakao 250ml b/c (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Pasta z mięsa i jarzy 60g(1,9) Sałata z.10g Pomidor 60g Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)
	II ŚN		Dzieci-Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)		C5,C6- Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka)
	Obiad	Zupa koperkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Wątróbka drobiowa duszona w jarzynach 180g (1,7,9) Sos 100ml (1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Wątróbka drobiowa duszona w jarzynach 180g (1,7,9) Sos 100ml (1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Wątróbka drobiowa gotowana w jarzynach 180g (1,7,9) Sos jarzynowy 100g (1,7,9) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa koperkowa z makronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z. 180g Wątróbka drobiowa duszona w jarzynach 180g (1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- przekąska mleczno-zbożowa 150g (1,7)		C5, C6-kefir 150g (7)
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Żurek z ziemniakami, jajkiem i wędliną 330ml (1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Żurek z ziemniakami,jajkiem i wędliną 330ml (1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Żurek z ziemniakami, jajkiem i wędliną 330ml (1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5:Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 60g (1) Masło extra 10g (7) Żurek z ziemniakami z jajkiem i wędliną (1,7,9) Twaróg krojony 50g(7) Sałata z.10g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Wędlina 20g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2128,97** **Białko ogółem (g) 104,71** **Tłuszcz (g) 66,18** **KT nasycone (g) 25,81** **Węglowodany ogółem (g) 293,35** **cukry(g) 61,90** **Błonnik (g) 29,31** **Sól (g) 3,64** **sód(mg) 1454,42**	**Wartość energetyczna (kcal) 2128,97** **Białko ogółem (g) 104,71** **Tłuszcz (g) 66,18** **KT nasycone (g) 25,81** **Węglowodany ogółem (g) 293,35** **cukry(g) 61,90** **Błonnik (g) 29,31** **Sól (g) 3,64** **sód(mg) 1454,42**	**Wartość energetyczna (kcal) 1998,74** **Białko ogółem (g) 105,08** **Tłuszcz (g) 48,06** **KT nasycone (g) 23,44** **Węglowodany ogółem (g) 300,05** **cukry(g) 64,54** **Błonnik (g) 26,98** **Sól (g) 3,74** **sód(mg) 1496,43**	**Wartość energetyczna (kcal) 1982,27** **Białko ogółem (g) 104,51** **Tłuszcz (g) 66,48** **KT nasycone (g) 25,84** **Węglowodany ogółem (g) 257,81** **cukry(g) 31,76** **Błonnik (g) 33,01** **Sól (g) 3,59** **sód(mg) 1435,12**

29.09.2026r.		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 Chleb Graham 100g(1) Masło 82% tł. 10g(7) Jajko 50g (3) Sałata z.10g Sałatka jarzynowa z fasolką białą 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Jajko 50g Masło 82%tł 10g(7) Sałata z.10g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem z/c 250ml Chleb pszenny100g(1) Jajko faszerowane 50g (1,7) Masło 82%tł. 10g(7) Sałata z.10g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)	Kawa z mlekiem b/c 250ml Chleb Graham 100g(1) Jajko 50g (3) Masło 82% tł.10g(7) Sałata z.10g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
	II ŚN		Dzieci –galaretka owocowa		C5,C6- Sok pomidorowy 150g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z pietruszką z.180g Pulpet 70g (1,3) Buraczki/ciepło 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z pietruszka 180g Pulpet 70g Buraczki/ciepło 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z pietruszka 180g Pulpet 70g Buraczki/ciepło 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9) Kasza jęczmienna z pietruszka 180g Pulpet 70g Buraczki/ciepło 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml
	PD		Dzieci-Jabłko pieczone 150g		C5,C6-Jabłko pieczone 150g
	Kolacja I/II	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł. 10 g (7) Ser żółty 40 g (7) Sałata zielona 10g Papryka świeża 60g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb Graham 100g(1) Masło 82%tł. 10 g (7) Pasta serowa z brokułem 70g Sałata zielona 10g Pomidor 60g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g(1) Masło 82%tł. 10 g (7) Pasta serowa z brokułem 70g Sałata zielona 10g Pomidor b/skóry 60g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3,C5-Chleb Graham 100g (1) C4,C6-Chleb Graham 70g (1) Masło 82%tł 10g (7) Pasta serowa z brokułem 70g Sałata zielona 10g Papryka świeża 60g Jabłko 150g
	PN				C4,C6-Chleb Graham 30g Masło 82%tł5g (7) Szynka drobiowa 20g(7)
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2075,38** **Białko ogółem (g) 78,96** **Tłuszcz (g) 57,80** **KT nasycone (g) 28,99** **Węglowodany ogółem (g) 325,65** **cukry(g) 76,99** **Błonnik (g) 31,36** **Sól (g) 5,24** **sód(mg) 2095,31**	**Wartość energetyczna (kcal) 2004,88** **Białko ogółem (g) 79,91** **Tłuszcz (g) 52,52** **KT nasycone (g) 24,39** **Węglowodany ogółem (g) 318,08** **cukry(g) 78,53** **Błonnik (g) 29,61** **Sól (g) 4,14** **sód(mg) 1654,86**	**Wartość energetyczna (kcal) 2020,42** **Białko ogółem (g) 87,03** **Tłuszcz (g) 47,16** **KT nasycone (g) 21,77** **Węglowodany ogółem (g) 325,13** **cukry(g) 79,94** **Błonnik (g) 25,91** **Sól (g) 4,25** **sód(mg) 1699,15**	**Wartość energetyczna (kcal) 1882,14** **Białko ogółem (g) 83,38** **Tłuszcz (g) 54,84** **KT nasycone (g) 27,30** **Węglowodany ogółem (g) 280,39** **cukry(g) 46,02** **Błonnik (g) 33,44** **Sól (g) 4,41** **sód(mg) 1763,11**

30.09.2026r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata z.10g Włoszczyzna/parze 60g	Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata z.10g Włoszczyzna/parze 60g	Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa 40g Sałata z.10g Włoszczyzna/parze 60g	Kasza jęczmienna na mleku 330ml (1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Szynka drobiowa Sałata z.10g Włoszczyzna/parze 60g
	II ŚN		Dzieci- Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)
	Obiad	Krem z brokuła z grzankami 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g (1) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krem z brokuła z grzankami 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g (1) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krem z brokuła z grzankami 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g (1) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Krem z brokuła z grzankami 330ml (1,7,9) Makaron z pietruszką z. 180g (1) Sos mięsny 150ml (1,7) Surówka z selera i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Galaretka owocowa		C5,C6-Sok wielowarzywny 150ml
	Kolacja I/II	Kawa z mlekiem z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Sałata zielona 10g Ogórek 60g	Kawa z mlekiem z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Sałata zielona 10g Pomidor 60g	Kawa z mlekiem z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Pasta z białka i sera białego z marchewką 70g (3,7) Pomidor b/skóry 60 g	Kawa z mlekiem b/c 250 ml C3,C5: Chleb Graham 100g (1) C4,C6: chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Pasta jajeczna z marchewką 70g (3,7) Ogórek 60g
	PN				C4,C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g Ser biały 40g (7)
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2060,53** **Białko ogółem (g) 76,16** **Tłuszcz (g) 65,65** **KT nasycone (g) 27,05** **Węglowodany ogółem (g) 305,17** **cukry(g) 65,81** **Błonnik (g) 27,01** **Sól (g) 4,14** **sód(mg) 1658,61**	**Wartość energetyczna (kcal) 2098,37** **Białko ogółem (g) 76,38** **Tłuszcz (g) 66,72** **KT nasycone (g) 27,13** **Węglowodany ogółem (g) 312,26** **cukry(g) 72,71** **Błonnik (g) 27,49** **Sól (g) 4,14** **sód(mg) 1658,53**	**Wartość energetyczna (kcal) 2024,79** **Białko ogółem (g) 76,79** **Tłuszcz (g) 54,96** **KT nasycone (g) 23,38** **Węglowodany ogółem (g) 318,11** **cukry(g) 73,22** **Błonnik (g) 23,79** **Sól (g) 4,15** **sód(mg) 1660,70**	**Wartość energetyczna (kcal) 1914,74** **Białko ogółem (g) 76,18** **Tłuszcz (g) 66,02** **KT nasycone (g) 27,10** **Węglowodany ogółem (g) 269,74** **cukry(g) 35,64** **Błonnik (g) 31,19** **Sól (g) 4,09** **sód(mg) 1639,16**

01.10.2026r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Herbata z/c250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Twarożek z pomidorem i pietruszką z. 70g (7) Sałata zielona 10g Jabłko 150g	Herbata z/c 250ml(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Twarożek z pomidorem i pietruszką z. 70g Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Herbata z/c 250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Twarożek z pomidorem b/skóry i pietruszką z. 70g Sałata zielona 10g Jabłko pieczone 150g	Herbata b/c 250ml(1,7) C3,C4,C5: Chleb Graham 100 g(1) C6: Chleb Graham 70 (1) Masło 82 % tł 10 g(7) Twarożek z pomidorem i pietruszką z. 70g (7) Sałata zielona 10g Jabłko 150g
	II ŚN		Dzieci- jabłko pieczone 150g		C5,C6-jabłko 150g
	Obiad	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z.180g(1) Filet z kurczaka duszony 90g (1,7) Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z.180g(1) Filet z kurczaka duszony 90g (1,7) Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z.180g(1) Filet z kurczaka gotowany 90g Marchew/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa grysikowa 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką z.180g(1) Filet z kurczaka duszony 90g (1,7) Sos 100ml (1,7) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml
	PD		Dzieci-budyń 150ml(1,7)		C5,C6-budyń 150ml(1,7)
	Kolacja I/II	Kakao z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 40g Plasterki pomidora na liściu sałaty 60g	Kakao z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Plasterki pomidora na liściu sałaty 60g	Kakao z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 40g Sałata z.10g Sałatka z pomidorów b/skóry 60g	Kakao b/c 250 ml C3,C5 :Chleb Graham 100g (1) C4,C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Szynka gotowana 40g Plasterki pomidora na liściu sałaty 60g
	PN				C4,C6- Chleb Graham – 30g(1) Masło 82%tł-5g(7) Ser biały 40g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 1811,97** **Białko ogółem (g) 77,84** **Tłuszcz (g) 57,62** **KT nasycone (g) 22,82** **Węglowodany ogółem (g) 256,07** **Cukry(g) 67,29** **Błonnik (g) 20,55** **Sól (g) 3,54** **sód(mg) 1415,40**	**Wartość energetyczna (kcal) 1811,97** **Białko ogółem (g) 77,84** **Tłuszcz (g) 57,62** **KT nasycone (g) 22,82** **Węglowodany ogółem (g) 256,07** **Cukry(g) 67,29** **Błonnik (g) 20,55** **Sól (g) 3,54** **sód(mg) 1415,40**	**Wartość energetyczna (kcal) 1805,00** **Białko ogółem (g) 76,84** **Tłuszcz (g) 52,49** **KT nasycone (g) 21,40** **Węglowodany ogółem (g) 266,45** **Cukry(g) 76,45** **Błonnik (g) 19,39** **Sól (g) 3,79** **sód(mg) 1515,87**	**Wartość energetyczna (kcal) 1803,98** **Białko ogółem (g) 86,31** **Tłuszcz (g) 66,03** **KT nasycone (g) 26,85** **Węglowodany ogółem (g) 228,68** **Cukry(g) 33,59** **Błonnik (g) 24,99** **Sól (g) 3,54** **sód(mg) 1416,91**

02.10.2026r.		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 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Sałatka wiosenna z pomidorem 50g	Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna z/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Sałatka wiosenna z pomidorem 50g	Kasza kukurydziana 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) Sałatka wiosenna z pomidorem b/skóry 50g	C3,C4: Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7) Herbata czarna b/c 250ml Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g(3) Sałatka wiosenna z pomidorem 50g
	II ŚN		Dzieci- Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7)		C5,C6-Kasza kukurydziana na mleku 330ml(1,7)
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem 330 ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba po olsztyńsku 100g(1,3,4) Sos pieczarkowy 100ml (1,7) Surówka z marchewki i chrzanu 100g(7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) 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 szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) 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 szpinakowa z makaronem 330ml (1,7,9) Ziemniaki z pietruszką 180g Ryba/parze 100g (4) Sos koperkowy 100ml (1,7) Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci-Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g		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) Twarożek z cebulką zieloną 70g(7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7) Sałata z.10g Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g	Herbata czarna b/c 250 ml C3, C4: Chleb Graham 100g (1) C5, C6: Chleb Graham 70g (1) Masło extra 10g (7) Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7) Sałata z.10g C3,C4:Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 82%tł 5g(7) Kiełbasa szynkowa 20g
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2037,61** **Białko ogółem (g) 76,88** **Tłuszcz (g) 66,91** **KT nasycone (g) 26,44** **Węglowodany ogółem (g) 296,19** **Cukry(g) 69,05** **Błonnik (g) 27,63** **Sól (g) 3,48** **sód(mg) 1393,22**	**Wartość energetyczna (kcal) 1856,04** **Białko ogółem (g) 75,33** **Tłuszcz (g) 54,64** **KT nasycone (g) 23,45** **Węglowodany ogółem (g) 278,76** **Cukry(g) 70,97** **Błonnik (g) 25,70** **Sól (g) 3,49** **sód(mg) 1396,68**	**Wartość energetyczna (kcal) 1901,14** **Białko ogółem (g) 82,70** **Tłuszcz (g) 52,33** **KT nasycone (g) 22,78** **Węglowodany ogółem (g) 286,14** **Cukry(g) 72,76** **Błonnik (g) 22,00** **Sól (g) 3,58** **sód(mg) 1431,58**	**Wartość energetyczna (kcal) 1806,61** **Białko ogółem (g) 79,51** **Tłuszcz (g) 64,60** **KT nasycone (g) 26,64** **Węglowodany ogółem (g) 241,84** **Cukry(g) 34,65** **Błonnik (g) 30,44** **Sól (g) 3,78** **sód(mg) 1513,73**

03.10.2026r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa z fasolką 80g(3,7,9)	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kakao z/c 250ml (1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9)	Kakao b/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9)
	II ŚN		Dzieci- budyń 150g(1,7)		C5,C6- budyń 150g(1,7)
	Obiad	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180 g Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180 g Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180 g Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9) Marchew plastry/parze 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa ziemniaczana 330ml (1,7,9) Ryż z pietruszką z. 180 g Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9) Sałata zielona z sosem ziołowym 50g 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) Pasta serowo- jajeczna z pietruszką z.70g(3,7) Sałata z.10g Papryka świeża 60g Jabłko 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g(7) Pasta serowo- jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata z.10g Pomidor 60g Jabłko pieczone 150g	Herbata czarna z/c 250 ml Chleb pszenny 100g (1) Masło extra 82% tł 10g(7) Pasta z białek, sera białego i pietruszki z. 70g(3,7) Sałata z.10g Pomidor b/skóry 60g 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) Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7) Sałata z.10g Papryka świeża 60g C3,C4: Jabłko 150g
	PN				C4,C6-Chleb Graham 30g(1) Masło 82% tł(7) Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	Wartość energetyczna (kcal) 2068,49 Białko ogółem (g) 93,30 Tłuszcz (g) 66,43 KT nasycone (g) 26,58 Węglowodany ogółem (g) 287,10 Cukry(g) 66,24 Błonnik (g) 25,36 Sól (g) 3,99 sód(mg) 1597,09	Wartość energetyczna (kcal) 2031,61 Białko ogółem (g) 91,01 Tłuszcz (g) 66,13 KT nasycone (g) 26,54 Węglowodany ogółem (g) 279,94 Cukry(g) 65,24 Błonnik (g) 23,46 Sól (g) 3,99 sód(mg) 1598,26	Wartość energetyczna (kcal) 1943,57 Białko ogółem (g) 87,86 Tłuszcz (g) 55,00 KT nasycone (g) 22,85 Węglowodany ogółem (g) 284,06 Cukry(g) 64,50 Błonnik (g) 19,35 Sól (g) 3,99 sód(mg) 1596,76	Wartość energetyczna (kcal) 1884,91 Białko ogółem (g) 90,81 Tłuszcz (g) 66,43 KT nasycone (g) 26,57 Węglowodany ogółem (g) 244,40 Cukry(g) 35,10 Błonnik (g) 27,16 Sól (g) 3,94 sód(mg) 1578,96

04.10.2026r.		Dieta podstawowa V	Dieta łatwostrawna III	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 330ml (7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny100g (1) Masło 82% 10g (7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g Mix sałat z pomidorem i białym serem 50g (7)	Płatki owsiane na mleku 330ml (7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny100g (1) Masło 82% 10g (7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g Mix sałat z pomidorem i białym serem50g (7)	Płatki owsiane na mleku 330ml (7) Herbata czarna 250ml z/c Chleb pszenny100g (1) Masło 82% 10g (7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g Mix sałat z pomidorem b/skórki i białym serem 50g (7)	C3,C4: Płatki owsiane na mleku 330ml (7) Herbata czarna 250ml b/c Chleb Graham 100g (1) Masło 82%(7) Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g Mix sałat z pomidorem i białym serem 50g (7)
	II ŚN		Dzieci-Płatki owsiane na mleku 330ml (7)		C5,C6-Płatki owsiane na mleku 330ml (7)
	Obiad	Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Schab duszony z marchewką 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z kminkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9)) Ziemniaki z pietruszką z .180g Schab duszony z marchewką 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z kminkiem 100g Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Schab gotowany 90g Buraczki/ciepło 150g (1,7) Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml	Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9) Ziemniaki z pietruszką z .180g Schab duszony z marchewką 90g Sos 100ml(1,7) Buraczki z kminkiem 100g Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml
	PD		Dzieci- Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka)		C5,C6-Smoothie warzywno-owocowe150g (marchew, truskawka)
	Kolacja I/II	Kawa z/c 250ml (1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Włoszczyzna/parze 60g(9) Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka)	Kawa z/c 250ml(1,7) Chleb Graham 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Włoszczyzna/parze 60g(9) Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka)	Kawa z/c 250ml(1,7) Chleb pszenny 100 g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko faszerowane 50g (3,7) Włoszczyzna/parze 60g(9) Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka)	Kawa b/c 250ml (1,7) C3,C5: Chleb Graham 100g(1) C4, C6: Chleb Graham 70g(1) Masło 82 % tł 10 g(7) Jajko 50g (3) Włoszczyzna/parze 60g(9) C3, C4: Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka)
	PN				C4, C6: Chleb Graham 30g(1) Masło 5g(7) Ser biały 40g(7)
	Wartości odżywcze	**Wartość energetyczna (kcal) 2028,56** **Białko ogółem (g) 79,02** **Tłuszcz (g) 64,82** **KT nasycone (g) 26,15** **Węglowodany ogółem (g) 296,61** **Cukry(g) 76,36** **Błonnik (g) 27,70** **Sól (g) 4,70** **Sód (mg) 1881,87**	**Wartość energetyczna (kcal) 2028,56** **Białko ogółem (g) 79,02** **Tłuszcz (g) 64,82** **KT nasycone (g) 26,15** **Węglowodany ogółem (g) 296,61** **Cukry(g) 76,36** **Błonnik (g) 27,70** **Sól (g) 4,70** **Sód (mg) 1881,87**	**Wartość energetyczna (kcal) 1967,76** **Białko ogółem (g) 86,87** **Tłuszcz (g) 50,42** **KT nasycone (g) 24,60** **Węglowodany ogółem (g) 304,12** **Cukry(g) 82,70** **Błonnik (g) 23,86** **Sól (g) 4,82** **Sód (mg) 1928,62**	**Wartość energetyczna (kcal) 1877,87** **Białko ogółem (g) 78,82** **Tłuszcz (g) 65,12** **KT nasycone (g) 26,18** **Węglowodany ogółem (g) 260,07** **Cukry(g) 45,22** **Błonnik (g) 31,40** **Sól (g) 4,65** **Sód (mg) 1862,56**

*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)