| 31.08.2026r. | | 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)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9)<br>Sałata z.10g<br>Pomidor 60g<br>Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka) | Kakao 250ml z/c (1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9)<br>Sałata z.10g<br>Pomidor 60g<br>Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka | Kakao 250ml z/c (1,7)<br>Chleb pszenny 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Pasta z mięsa i jarzyn 60g(1,9)<br>Sałata z.10g<br>Pomidor b/skóry 60g<br>Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka) | Kakao 250ml b/c (1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Pasta z mięsa i jarzy 60g(1,9)<br>Sałata z.10g<br>Pomidor 60g<br>Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka) |
| | II ŚN | | Dzieci-Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka) | | C5,C6- Smoothie owocowe 150g (jabłko, porzeczka) |
| | Obiad | Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180g<br>Wątróbka drobiowa duszona w jarzynach 180g (1,7,9)<br>Sos 100ml (1,7,9)<br>Sałata zielona z sosem ziołowym 50g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180g<br>Wątróbka drobiowa duszona w jarzynach 180g (1,7,9)<br>Sos 100ml (1,7,9)<br>Sałata zielona z sosem ziołowym 50g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180g<br>Wątróbka drobiowa gotowana w jarzynach 180g (1,7,9)<br>Sos jarzynowy 100g (1,7,9)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa koperkowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180g<br>Wątróbka drobiowa duszona w jarzynach 180g (1,7,9)<br>Sałata zielona z sosem ziołowym 50g<br>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<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Żurek z ziemniakami, jajkiem i wędliną 330ml (1,7,9)<br>Twaróg krojony 50g(7)<br>Sałata z.10g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Żurek z ziemniakami,jajkiem i wędliną 330ml (1,7,9)<br>Twaróg krojony 50g(7)<br>Sałata z.10g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Żurek z ziemniakami, jajkiem i wędliną 330ml (1,7,9)<br>Twaróg krojony 50g(7)<br>Sałata z.10g | Herbata czarna b/c 250 ml<br>C3,C5:Chleb Graham 100g (1)<br>C4,C6: Chleb Graham 60g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Żurek z ziemniakami z jajkiem i wędliną (1,7,9)<br>Twaróg krojony 50g(7)<br>Sałata z.10g |
| | PN | | | | C4,C6: Chleb Graham 30g(1)<br>Masło 82%tł 5g(7)<br>Szynka drobiowa 20g |
| | Wartości odżywcze | Wartość energetyczna (kcal) 2123,22<br>Białko ogółem (g) 103,71<br>Tłuszcz (g) 66,00<br>KT nasycone (g) 25,81<br>Węglowodany ogółem (g) 293,25<br>Cukry(g) 61,93<br>Błonnik (g) 29,16<br>Sól (g) 3,64<br>sód (mg) 1455,67 | Wartość energetyczna (kcal) 2123,22<br>Białko ogółem (g) 103,71<br>Tłuszcz (g) 66,00<br>KT nasycone (g) 25,81<br>Węglowodany ogółem (g) 293,25<br>Cukry(g) 61,93<br>Błonnik (g) 29,16<br>Sól (g) 3,64<br>sód (mg) 1455,67 | Wartość energetyczna (kcal) 1992,99<br>Białko ogółem (g) 104,08<br>Tłuszcz (g) 47,88<br>KT nasycone (g) 23,44<br>Węglowodany ogółem (g) 299,95<br>Cukry(g) 64,57<br>Błonnik (g) 26,83<br>Sól (g) 3,74<br>sód (mg) 1497,68 | Wartość energetyczna (kcal) 1976,52<br>Białko ogółem (g) 103,51<br>Tłuszcz (g) 66,30<br>KT nasycone (g) 25,84<br>Węglowodany ogółem (g) 257,71<br>Cukry(g) 31,79<br>Błonnik (g) 32,86<br>Sól (g) 3,59<br>sód (mg) 1436,37 |

01.09.2026r.

| | 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<br>Chleb Graham 100g(1)<br>Masło 82% tł. 10g(7)<br>Jajko 50g (3)<br>Sałata z.10g<br>Sałatka jarzynowa z fasolką białą 80g (3,7,9) | Kawa z mlekiem z/c 250ml<br>Chleb Graham 100g(1)<br>Jajko 50g<br>Masło 82%tł 10g(7)<br>Sałata z.10g<br>Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) | Kawa z mlekiem z/c 250ml<br>Chleb pszenny100g(1)<br>Jajko faszerowane 50g (1,7)<br>Masło 82%tł. 10g(7)<br>Sałata z.10g<br>Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) | Kawa z mlekiem b/c 250ml<br>Chleb Graham 100g(1)<br>Jajko 50g (3)<br>Masło 82% tł.10g(7)<br>Sałata z.10g<br>Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) |
| II ŚN | | Dzieci –Kisiel | | C5,C6- Kisiel |
| Obiad | Zupa grysikowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką 180g<br>Kotlet drobiowy 90g (1,3)<br>Buraczki z jabłkiem 100g (7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa grysikowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszka 180g<br>Filet z kurczaka duszony 90g<br>Sos 100ml(1,7)<br>Buraczki z jabłkiem 100g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa grysikowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszka 180g<br>Filet z kurczaka gotowany 90g<br>Buraczki z jabłkiem 100g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa grysikowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszka 180g<br>Filet z kurczaka duszony 90g<br>Sos 100ml(1,7)<br>Buraczki z jabłkiem 100g<br>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<br>Chleb pszenny 100g(1)<br>Masło 82%tł. 10 g (7)<br>Ser żółty 40 g (7)<br>Sałata zielona 10g<br>Papryka świeża 60g<br>Jabłko 150g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g(1)<br>Masło 82%tł. 10 g (7)<br>Pasta serowa z brokułem 70g<br>Sałata zielona 10g<br>Pomidor 60g<br>Jabłko pieczone 150g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g(1)<br>Masło 82%tł. 10 g (7)<br>Pasta serowa z brokułem 70g<br>Sałata zielona 10g<br>Pomidor b/skóry 60g<br>Jabłko pieczone 150g | Herbata czarna b/c 250 ml<br>C3,C5-Chleb Graham 100g (1)<br>C4,C6-Chleb Graham 70g (1)<br>Masło 82%tł 10g (7)<br>ser żółty 40g<br>Sałata zielona 10g<br>Papryka świeża 60g<br>Jabłko 150g |
| PN | | | | C4,C6-Chleb Graham 30g<br>Masło 82%tł5g (7)<br>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 20g |
| Wartości odżywcze | **Wartość energetyczna (kcal) 2099,91<br>Białko ogółem (g) 83,27<br>Tłuszcz (g) 66,96<br>KT nasycone (g) 28,43<br>Węglowodany ogółem (g) 306,09<br>Cukry (g) 72,68<br>Błonnik (g) 29,91<br>Sól (g) 4,39<br>sód(mg) 1754,97** | **Wartość energetyczna (kcal) 1875,32<br>Białko ogółem (g) 77,60<br>Tłuszcz (g) 55,16<br>KT nasycone (g) 26,69<br>Węglowodany ogółem (g) 280,38<br>Cukry (g) 73,79<br>Błonnik (g) 26,38<br>Sól (g) 3,90<br>sód(mg) 1560,96** | **Wartość energetyczna (kcal) 1808,95<br>Białko ogółem (g) 76,85<br>Tłuszcz (g) 49,72<br>KT nasycone (g) 20,30<br>Węglowodany ogółem (g) 274,54<br>Cukry (g) 73,77<br>Błonnik (g) 21,66<br>Sól (g) 3,36<br>sód(mg) 1345,37** | **Wartość energetyczna (kcal) 1804,98<br>Białko ogółem (g) 79,25<br>Tłuszcz (g) 64,69<br>KT nasycone (g) 30,75<br>Węglowodany ogółem (g) 241,25<br>Cukry (g) 40,45<br>Błonnik (g) 29,90<br>Sól (g) 4,08<br>sód(mg) 1632,47** |


| Dieta podstawowa V | Dieta łatwostrawna III | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|---|---|---|---|

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 02.09.2026r. | Śniadanie | Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)<br>Herbata czarna z/c 250ml<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Szynka drobiowa 40g<br>Ogórek świeży 60g<br>Sałata z.10g | Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)<br>Herbata czarna z/c 250ml<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Szynka drobiowa 40g<br>Sałata z.10g | Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)<br>Herbata czarna z/c 250ml<br>Chleb pszenny 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Szynka drobiowa 40g<br>Sałata z.10g | Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7)<br>Herbata czarna b/c 250ml<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Szynka drobiowa<br>Sałata z.10g<br>Ogórek świeży 60g |
| | II ŚN | | Dzieci- Płatki owsiane na mleku 330ml(1,7) | | C5,C6-Płatki owsiane na mleku 330ml (1,7) |
| | Obiad | Zupa jarzynowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Pierogi ruskie (1,3,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa jarzynowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Makaron z serem białym (1,7)<br>Mus z jabłek 180g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa jarzynowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Makaron z serem białym (1,7)<br>Mus z jabłek 180g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa jarzynowa z ryżem 330ml (1,7,9)<br>Makaron z serem białym (1,7)<br>Mus z jabłek 180g<br>Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml |
| | PD | | Dzieci- sok owocowy 150ml | | C5,C6- Grejpfrut 150g |
| | Kolacja I/II | Kawa z mlekiem z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Pasta jajeczna z rzodkiewką i szczypiorkiem 70g (3,7)<br>Sałata zielona 10g<br>Pomidor 60g<br>Grejpfrut 150g | Kawa z mlekiem z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Pasta jajeczna z włoszczyzną 70g (3,7)<br>Sałata zielona 10g<br>Pomidor 60g | Kawa z mlekiem z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Pasta z białka i sera białego z włoszczyzną 70g (3,7)<br>Pomidor b/skóry 60 g | Kawa z mlekiem b/c 250 ml<br>C3,C5: Chleb Graham 100g (1)<br>C4,C6: chleb Graham 70g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Pasta jajeczna z włoszczyzną 70g (3,7)<br>Pomidor 60g<br>C3,C4-Grejpfrut 150g |
| | PN | | | | C4,C6: Chleb Graham 30g(1)<br>Masło 82%tł 5g<br>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 20g |
| | Wartości odżywcze | Wartość energetyczna (kcal) 2206,00<br>Białko ogółem (g) 91,16<br>Tłuszcz (g) 58,55<br>KT nasycone (g) 29,30<br>Węglowodany ogółem (g) 342,40<br>Cukry(g) 53,21<br>Błonnik (g) 26,89<br>Sól (g) 3,98<br>sód(mg) 1592,67 | Wartość energetyczna (kcal) 2112,73<br>Białko ogółem (g) 80,09<br>Tłuszcz (g) 64,85<br>KT nasycone (g) 28,70<br>Węglowodany ogółem (g) 314,03<br>Cukry(g) 88,68<br>Błonnik (g) 22,80<br>Sól (g) 3,89<br>sód(mg) 1556,66 | Wartość energetyczna (kcal) 2075,63<br>Białko ogółem (g) 81,84<br>Tłuszcz (g) 56,33<br>KT nasycone (g) 25,78<br>Węglowodany ogółem (g) 320,28<br>Cukry(g) 89,48<br>Błonnik (g) 19,10<br>Sól (g) 3,92<br>sód(mg) 1571,23 | Wartość energetyczna (kcal) 1946,64<br>Białko ogółem (g) 80,77<br>Tłuszcz (g) 65,38<br>KT nasycone (g) 28,80<br>Węglowodany ogółem (g) 273,18<br>Cukry(g) 50,70<br>Błonnik (g) 28,54<br>Sól (g) 3,86<br>sód(mg) 1543,87 |

| 03.09.2026r. | | Dieta podstawowa V | Dieta łatwostrawna III | Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu VII | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów |
|---|---|---|---|---|---|
| | Śniadanie | Herbata z/c250ml (1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Twarożek z pomidorem i pietruszką z. 70g (7)<br>Sałata zielona 10g<br>Jabłko 150g | Herbata z/c 250ml(1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Twarożek z pomidorem i pietruszką z. 70g<br>Sałata zielona 10g<br>Jabłko pieczone 150g | Herbata z/c 250ml(1,7)<br>Chleb pszenny 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Twarożek z pomidorem b/skóry i pietruszką z. 70g<br>Sałata zielona 10g<br>Jabłko pieczone 150g | Herbata b/c 250ml(1,7)<br>C3,C4,C5: Chleb Graham 100 g(1)<br>C6: Chleb Graham 70 (1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Twarożek z pomidorem i pietruszką z. 70g (7)<br>Sałata zielona 10g<br>Jabłko 150g |
| | II ŚN | | Dzieci- jabłko pieczone 150g | | C5,C6-jabłko 150g |
| | Obiad | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9)<br>Kasza jęczmienna z pietruszką z.180g(1)<br>Pulpet 90g (1,3)<br>Szpinak 150g(1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9)<br>Kasza jęczmienna z pietruszką z. 180g (1)<br>Pulpet 90g (1,3)<br>Szpinak 150g(1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9)<br>Kasza jęczmienna z pietruszką z.180g(1)<br>Pulpet 90g (1,3)<br>Sos jarzynowy 100ml(1,7,9)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa kalafiorowa z ziemniakami 330ml (1,7,9)<br>Kasza jęczmienna z pietruszką z.180g(1)<br>Pulpet 90g (1,3)<br>Szpinak 150ml (1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml |
| | PD | | Dzieci-budyń 150ml(1,7) | | C5,C6-budyń 150ml(1,7) |
| | Kolacja I/II | Kakao z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Szynka gotowana 40g<br>Sałata z. 10 g<br>Sałatka wiosenna z pomidorkami koktajlowymi i siemieniem lnianym 50g | Kakao z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Szynka gotowana 40g<br>Sałata z.10g<br>Sałatka wiosenna z pomidorkami koktajlowymi i siemieniem lnianym 50g | Kakao z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Szynka gotowana 40g<br>Sałata z.10g<br>Sałatka wiosenna z pomidorkami koktajlowymi b/skóry 50g | Kakao b/c 250 ml<br>C3,C5 :Chleb Graham 100g (1)<br>C4,C6: Chleb Graham 70g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>C3, C5:Szynka gotowana 40g<br>Sałata z.10g<br>Sałatka wiosenna z pomidorkami koktajlowymi i siemieniem lnianym 50g |
| | PN | | | | C4,C6- Chleb Graham – 30g(1)<br>Masło 82%tł-5g(7)<br>Ser biały 40g |
| | Wartości odżywcze | Wartość energetyczna (kcal) 1935,02<br>Białko ogółem (g) 79,92<br>Tłuszcz (g) 58,55<br>KT nasycone (g) 27,56<br>Węglowodany ogółem (g) 285,65<br>Cukry(g) 61,19<br>Błonnik (g) 26,97<br>Sól (g) 4,53<br>sód(mg) 1811,90 | Wartość energetyczna (kcal) 1926,96<br>Białko ogółem (g) 79,58<br>Tłuszcz (g) 58,51<br>KT nasycone (g) 27,55<br>Węglowodany ogółem (g) 283,93<br>Cukry(g) 60,89<br>Błonnik (g) 26,72<br>Sól (g) 4,53<br>sód(mg) 1810,90 | Wartość energetyczna (kcal) 1876,41<br>Białko ogółem (g) 76,88<br>Tłuszcz (g) 50,18<br>KT nasycone (g) 21,57<br>Węglowodany ogółem (g) 291,15<br>Cukry(g) 64,05<br>Błonnik (g) 23,18<br>Sól (g) 3,89<br>sód(mg) 1556,00 | Wartość energetyczna (kcal) 1833,06<br>Białko ogółem (g) 86,86<br>Tłuszcz (g) 60,69<br>KT nasycone (g) 28,70<br>Węglowodany ogółem (g) 249,87<br>Cukry(g) 32,03<br>Błonnik (g) 30,42<br>Sól (g) 4,52<br>sód(mg) 1809,20 |

| 04.09.2026r. | | 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)<br>Herbata czarna z/c 250ml<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko 50g(3)<br>Pomidor 60g | Kasza manna na mleku 330ml(1,7)<br>Herbata czarna z/c 250ml<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko 50g(3)<br>Pomidor 60g | Kasza manna na mleku 330ml(1,7)<br>Herbata czarna z/c 250ml<br>Chleb pszenny 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko faszerowane 50g(3,7)<br>Pomidor b/skóry 60g | C3,C4: Kasza manna na mleku 330ml(1,7)<br>Herbata czarna b/c 250ml<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko 50g(3)<br>Pomidor 60g |
| | II ŚN | | Dzieci- Kasza manna na mleku 330ml(1,7) | | C5,C6-Kasza manna na mleku 330ml(1,7) |
| | Obiad | Zupa Solferino 330 ml (1,7,9)<br>Ryż z warzywami 180g<br>Ryba gotowana 100g(4)<br>Sos z cukinii 150g(1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa Solferino 330 ml (1,7,9)<br>Ryż z warzywami 180g<br>Ryba gotowana 100g(4)<br>Sos z cukinii 150g(1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa Solferino 330 ml (1,7,9)<br>Ryż z warzywami180g<br>Ryba gotowana 100g(4)<br>Sos z cukinii 150g(1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa Solferino 330 ml (1,7,9)<br>Ryż z warzywami 180g<br>Ryba gotowana 100g(4)<br>Sos z cukinii 150g(1,7)<br>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<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Twarożek z rzodkiewką 70g(7)<br>Sałata z.10g<br>Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7)<br>Sałata z.10g<br>Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7)<br>Sałata z.10g<br>Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g | Herbata czarna b/c 250 ml<br>C3, C4: Chleb Graham 100g (1)<br>C5, C6: Chleb Graham 70g (1)<br>Masło extra 10g (7)<br>Twarożek z ziołami i pietruszką 70g (7)<br>Sałata z.10g<br>C3,C4:Smoothie owocowo-warzywne (jabłko, marchew) 150g |
| | PN | | | | C4, C6: Chleb Graham 30g(1)<br>Masło 82%tł 5g(7)<br>Kiełbasa szynkowa 20g |
| | Wartości odżywcze | **Wartość energetyczna (kcal) 1883,95**<br>**Białko ogółem (g) 77,74**<br>**Tłuszcz (g) 50,27**<br>**KT nasycone (g) 22,52**<br>**Węglowodany ogółem (g) 291,64**<br>**Cukry(g) 65,23**<br>**Błonnik (g) 22,51**<br>**Sól (g) 3,23**<br>**Sód(mg) 1292,00** | **Wartość energetyczna (kcal) 1883,95**<br>**Białko ogółem (g) 77,74**<br>**Tłuszcz (g) 50,27**<br>**KT nasycone (g) 22,52**<br>**Węglowodany ogółem (g) 291,64**<br>**Cukry(g) 65,23**<br>**Błonnik (g) 22,51**<br>**Sól (g) 3,23**<br>**Sód(mg) 1292,00** | **Wartość energetyczna (kcal) 1934,97**<br>**Białko ogółem (g) 84,41**<br>**Tłuszcz (g) 49,52**<br>**KT nasycone (g) 21,39**<br>**Węglowodany ogółem (g) 297,28**<br>**Cukry(g) 66,77**<br>**Błonnik (g) 18,30**<br>**Sól (g) 3,31**<br>**Sód(mg) 1323,13** | **Wartość energetyczna (kcal) 1802,31**<br>**Białko ogółem (g) 81,28**<br>**Tłuszcz (g) 56,48**<br>**KT nasycone (g) 25,69**<br>**Węglowodany ogółem (g) 255,33**<br>**Cukry(g) 34,12**<br>**Błonnik (g) 26,21**<br>**Sól (g) 3,51**<br>**Sód(mg) 1404,09** |

| 05.09.2026r. | | 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)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g<br>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g<br>Sałatka jarzynowa z ciecierzycą 80g(3,7,9) | Kakao z/c 250ml (1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g<br>Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9) | Kakao z/c 250ml (1,7)<br>Chleb pszenny 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g<br>Sałatka jarzynowa 80g(3,7,9) | Kakao b/c 250ml (1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>kiełbasa szynkowa wieprzowa 40g<br>Sałatka jarzynowa 80g (3,7,9) |
| | II ŚN | | Dzieci- budyń 150g(1,7) | | C5,C6- budyń 150g(1,7) |
| | Obiad | Zupa ryżowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180 g<br>Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9)<br>Sałata zielona z sosem ziołowym 50g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa ryżowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180 g<br>Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9)<br>Sałata zielona z sosem ziołowym 50g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa ryżowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180 g<br>Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9)<br>Marchew plastry/parze 100g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa ryżowa 330ml (1,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z. 180 g<br>Potrawka z kurczaka 150g(1,7,9)<br>Sałata zielona z sosem ziołowym 50g<br>Kompot z owoców mieszanych b/c 250ml |
| | PD | | Dzieci: Jabłko 150g | | C5,C6:Jabłko 150g |
| | Kolacja I/II | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 82% tł 10g(7)<br>Pasta serowo- jajeczna z pietruszką z.70g(3,7)<br>Sałata z.10g<br>Papryka świeża 60g<br>Jabłko 150g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 82% tł 10g(7)<br>Pasta serowo- jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7)<br>Sałata z.10g<br>Pomidor 60g<br>Jabłko pieczone 150g | Herbata czarna z/c 250 ml<br>Chleb pszenny 100g (1)<br>Masło extra 82% tł 10g(7)<br>Pasta z białek, sera białego i pietruszki z. 70g(3,7)<br>Sałata z.10g<br>Pomidor b/skóry 60g<br>Jabłko pieczone 150g | Herbata czarna b/c 250 ml<br>C3, C5: Chleb Graham 100g (1)<br>C4,C6: Chleb Graham 70g (1)<br>Masło extra 82% tł 10g(7)<br>Pasta serowo-jajeczna z pietruszką z. 70g(3,7)<br>Sałata z.10g<br>Papryka świeża 60g<br>C3,C4: Jabłko 150g |
| | PN | | | | C4,C6-Chleb Graham 30g(1)<br>Masło 82% tł(7)<br>Ser biały 40g(7) |
| | Wartości odżywcze | Wartość energetyczna (kcal) 1941,59<br>Białko ogółem (g) 89,87<br>Tłuszcz (g) 65,76<br>KT nasycone (g) 25,79<br>Węglowodany ogółem (g) 259,94<br>Cukry(g) 64,81<br>Błonnik (g) 24,10<br>Sól (g) 3,97<br>Sód (mg) 1588,11 | Wartość energetyczna (kcal) 1899,86<br>Białko ogółem (g) 87,67<br>Tłuszcz (g) 65,02<br>KT nasycone (g) 25,70<br>Węglowodany ogółem (g) 252,64<br>Cukry(g) 63,00<br>Błonnik (g) 22,55<br>Sól (g) 3,97<br>Sód (mg) 1588,79 | Wartość energetyczna (kcal) 1853,27<br>Białko ogółem (g) 85,47<br>Tłuszcz (g) 55,41<br>KT nasycone (g) 22,66<br>Węglowodany ogółem (g) 264,68<br>Cukry(g) 66,83<br>Błonnik (g) 21,65<br>Sól (g) 4,21<br>Sód (mg) 1686,30 | Wartość energetyczna (kcal) 1809,30<br>Białko ogółem (g) 95,24<br>Tłuszcz (g) 66,68<br>KT nasycone (g) 29,11<br>Węglowodany ogółem (g) 220,58<br>Cukry(g) 35,46<br>Błonnik (g) 26,98<br>Sól (g) 3,98<br>Sód (mg) 1592,37 |

| 06.09.2026r. | | 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)<br>Herbata czarna 250ml z/c<br>Chleb pszenny100g (1)<br>Masło 82% 10g (7)<br>Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g<br>Mix sałat z pomidorem i białym serem 50g (7) | Płatki owsiane na mleku 330ml (7)<br>Herbata czarna 250ml z/c<br>Chleb pszenny100g (1)<br>Masło 82% 10g (7)<br>Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g<br>Mix sałat z pomidorem i białym serem50g (7) | Płatki owsiane na mleku 330ml (7)<br>Herbata czarna 250ml z/c<br>Chleb pszenny100g (1)<br>Masło 82% 10g (7)<br>Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g<br>Mix sałat z pomidorem b/skórki i białym serem 50g (7) | C3,C4: Płatki owsiane na mleku 330ml (7)<br>Herbata czarna 250ml b/c<br>Chleb Graham 100g (1)<br>Masło 82%(7)<br>Kiełbasa drobiowa podsuszana 40g<br>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)<br>Ziemniaki z pietruszką z .180g<br>Schab duszony z marchewką 90g<br>Sos 100ml(1,7)<br>Buraczki z kminkiem 100g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9))<br>Ziemniaki z pietruszką z .180g<br>Schab duszony z marchewką 90g<br>Sos 100ml(1,7)<br>Buraczki z kminkiem 100g<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z .180g<br>Schab gotowany 90g<br>Buraczki/ciepło 150g (1,7)<br>Kompot z owoców mieszanych z/c 250ml | Zupa pomidorowa z tartym ciastem 330 ml(1,3,7,9)<br>Ziemniaki z pietruszką z .180g<br>Schab duszony z marchewką 90g<br>Sos 100ml(1,7)<br>Buraczki z kminkiem 100g<br>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)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko 50g (3)<br>Włoszczyzna/parze 60g(9)<br>Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka) | Kawa z/c 250ml(1,7)<br>Chleb Graham 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko 50g (3)<br>Włoszczyzna/parze 60g(9)<br>Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka) | Kawa z/c 250ml(1,7)<br>Chleb pszenny 100 g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko faszerowane 50g (3,7)<br>Włoszczyzna/parze 60g(9)<br>Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka) | Kawa b/c 250ml (1,7)<br>C3,C5: Chleb Graham 100g(1)<br>C4, C6: Chleb Graham 70g(1)<br>Masło 82 % tł 10 g(7)<br>Jajko 50g (3)<br>Włoszczyzna/parze 60g(9)<br>C3, C4: Smoothie warzywno-owocowe 150g (marchew, truskawka) |
| | PN | | | | C4, C6: Chleb Graham 30g(1)<br>Masło 5g(7)<br>Ser biały 40g(7) |
| | Wartości odżywcze | **Wartość energetyczna (kcal) 2028,56**<br>**Białko ogółem (g) 79,02**<br>**Tłuszcz (g) 64,82**<br>**KT nasycone (g) 26,15**<br>**Węglowodany ogółem (g) 296,61**<br>**Cukry(g) 76,36**<br>**Błonnik (g) 27,70**<br>**Sól (g) 4,70**<br>**Sód (mg) 1881,87** | **Wartość energetyczna (kcal) 2028,56**<br>**Białko ogółem (g) 79,02**<br>**Tłuszcz (g) 64,82**<br>**KT nasycone (g) 26,15**<br>**Węglowodany ogółem (g) 296,61**<br>**Cukry(g) 76,36**<br>**Błonnik (g) 27,70**<br>**Sól (g) 4,70**<br>**Sód (mg) 1881,87** | **Wartość energetyczna (kcal) 1967,76**<br>**Białko ogółem (g) 86,87**<br>**Tłuszcz (g) 50,42**<br>**KT nasycone (g) 24,60**<br>**Węglowodany ogółem (g) 304,12**<br>**Cukry(g) 82,70**<br>**Błonnik (g) 23,86**<br>**Sól (g) 4,82**<br>**Sód (mg) 1928,62** | **Wartość energetyczna (kcal) 1877,87**<br>**Białko ogółem (g) 78,82**<br>**Tłuszcz (g) 65,12**<br>**KT nasycone (g) 26,18**<br>**Węglowodany ogółem (g) 260,07**<br>**Cukry(g) 45,22**<br>**Błonnik (g) 31,40**<br>**Sól (g) 4,65**<br>**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)