

Środa 2026-03-11

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 1952.4 kcal B 95.0 g T 73.0 g W 267.7 g SFA 22.6 g Cukry 49.8 g Sól 4.2 g Błonnik 26.3 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350.0g (7, 9) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 200.0g (1, 7) Surówka coleslaw z marchewką, kukurydzą i majonezem 150.0g (3, 10) Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) 70.00g; (9) chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2163.3 kcal B 108.2 g T 81.7 g W 293.2 g SFA 22.1 g Cukry 37.6 g Sól 4.7 g Błonnik 41.1 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	sok pomidorowy 300.00g;	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350.0g (7, 9) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 200.0g (1, 7) Surówka coleslaw z marchewką, kukurydzą i majonezem 150.0g (3, 10) Kompot owocowy 250.00g; ryż brązowy gotowany 200.00g;	Budyń śmietankowy bez cukru (G) 100.0g (7)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) 70.00g; (9) wędlina drobiowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham z serem, masłem i sałatą 80.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 1894.8 kcal B 96.0 g T 61.1 g W 279.5 g SFA 21.8 g Cukry 51.4 g Sól 5.0 g Błonnik 26.8 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80.0g (3, 7, 10) Brokuły gotowane z olejem 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350.0g (7, 9) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 200.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) 70.00g; (9) wędlina drobiowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 1873.8 kcal B 95.5 g T 59.3 g W 278.8 g SFA 20.3 g Cukry 50.6 g Sól 4.9 g Błonnik 26.7 g	Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (b.pieprz.) 80.0g (3) Brokuły gotowane z olejem 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 350.0g (7, 9) Potrawka drobiowa ze szpinakiem 200.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) 70.00g; (9) wędlina drobiowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Czwartek 2026-03-12	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 1916.8 kcal B 85.6 g T 71.1 g W 279.1 g SFA 23.5 g Cukry 50.2 g Sól 4.8 g Błonnik 27.4 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Pulpety drobiowe 100.0g (3) Sos koperkowy 80.0g (1, 7, 9) Surówka z selera z jabłkiem, marchewką i śmietanką 150.0g (7, 9) zupa cebulowa z ziemniakami 350.00g; (1, 7) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		Śledź małosolny w śmietanie z jabłkiem 100.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2295.9 kcal B 105.6 g T 83.8 g W 330.2 g SFA 24.3 g Cukry 64.3 g Sól 6.2 g Błonnik 38.2 g	Kakao tradycyjne 250.0g (7) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	pomarańcza 150.00g;	Pulpety drobiowe 100.0g (3) Sos koperkowy 80.0g (1, 7, 9) Surówka z selera z jabłkiem, marchewką i śmietanką 150.0g (7, 9) zupa cebulowa z ziemniakami 350.00g; (1, 7) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	Śledź małosolny w jogurcie z jabłkiem 100.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham z wedliną, masłem i pomidorem 115.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 2075.6 kcal B 95.5 g T 73.5 g W 304.0 g SFA 18.6 g Cukry 43.6 g Sól 5.9 g Błonnik 25.1 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona W 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Pulpety drobiowe 100.0g (3) Sos koperkowy 80.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Zupa krem z dyni 350.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 2075.6 kcal B 95.5 g T 73.5 g W 304.0 g SFA 18.6 g Cukry 43.6 g Sól 5.9 g Błonnik 25.1 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona W 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Pulpety drobiowe 100.0g (3) Sos koperkowy 80.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Zupa krem z dyni 350.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Piątek 2026-03-13

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 2093.0 kcal B 87.6 g T 76.3 g W 307.0 g SFA 19.1 g Cukry 47.0 g Sól 4.2 g Błonnik 41.2 g	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) 50.00g; (3) chleb pszenny 50.00g; (1) majonez 10.00g; (3, 10) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Sos ziołowy 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; miruna pieczona 100.00g; (4)		Salatka jarzynowa tradycyjna 100.0g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) ser twarogowy chudy 50.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2271.4 kcal B 102.3 g T 77.0 g W 339.5 g SFA 18.0 g Cukry 36.0 g Sól 4.2 g Błonnik 52.6 g	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7)	Pudding chia z musem truskawkowym P/C (b.cukru) 100.0g (7)	Sos ziołowy 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; miruna pieczona 100.00g; (4)	Podplomyki bez cukru 3szt/por 27.00g; (1, 3)	Salatka jarzynowa tradycyjna 100.0g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C z serem twarogowym oraz salata 105.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 1877.6 kcal B 87.9 g T 48.9 g W 313.3 g SFA 17.2 g Cukry 52.1 g Sól 4.2 g Błonnik 38.4 g	Marchew gotowana z olejem 90.0g Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Sos ziołowy 80.0g (1, 7) Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; cukinia pieczona W 150.00g; miruna pieczona 100.00g; (4)		Salatka warzywna (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, koper) z jogurtem 100.1g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 1879.0 kcal B 86.2 g T 49.8 g W 313.5 g SFA 16.1 g Cukry 52.1 g Sól 4.3 g Błonnik 38.5 g	Marchew gotowana z olejem 90.0g Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (b.pieprz.) 50.0g (3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Sos ziołowy 80.0g (1, 7) Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 350.0g (1, 6, 9) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; cukinia pieczona W 150.00g; miruna pieczona 100.00g; (4)		Salatka warzywna (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, koper) z jogurtem 100.1g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Sobota 2026-03-14

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 1882.1 kcal B 89.2 g T 57.7 g W 294.5 g SFA 18.1 g Cukry 50.9 g Sól 4.3 g Błonnik 34.5 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) rzepa biała 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa W 300.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Kompot owocowy 250.00g; kasza gryczana gotowana 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 40.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2037.2 kcal B 106.6 g T 61.0 g W 315.1 g SFA 16.5 g Cukry 41.7 g Sól 6.0 g Błonnik 47.0 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) rzepa biała 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kisiel owocowy bez cukru 100.0g	Zupa pomidorowa W 300.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Kompot owocowy 250.00g; kasza gryczana gotowana 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 100.00g; (1)	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham, masło, wędlina, rukola 103.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 1927.6 kcal B 81.4 g T 54.2 g W 317.9 g SFA 18.6 g Cukry 49.4 g Sól 4.3 g Błonnik 32.6 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany z olejem 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa W 300.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Kompot owocowy 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200.00g; (1) makaron pszenny gotowany 100.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ricotta 60.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 1927.6 kcal B 81.4 g T 54.2 g W 317.9 g SFA 18.6 g Cukry 49.4 g Sól 4.3 g Błonnik 32.6 g	Kakao tradycyjne (bez cukru) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany z olejem 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa W 300.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką 200.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Kompot owocowy 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana 200.00g; (1) makaron pszenny gotowany 100.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ricotta 60.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Niedziela 2026-03-15	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>2.2 ostr podstawa</p> <p>Razem E: 1826.7 kcal B 93.3 g T 46.6 g W 298.5 g SFA 17.9 g Cukry 53.6 g Sól 4.9 g Błonnik 31.3 g</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Rosół 300.0g (9) Sos pomidorowy 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1) filety z kurczaka na parze 100.00g;</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Razem E: 2137.3 kcal B 117.8 g T 60.1 g W 326.2 g SFA 18.8 g Cukry 41.2 g Sól 5.7 g Błonnik 41.1 g</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; wędlina drobiowa 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>jablko 150.00g;</p>	<p>Rosół 300.0g (9) Sos pomidorowy 80.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 100.00g; (1) filety z kurczaka na parze 100.00g;</p>	<p>Budyń śmietankowy bez cukru 100.0g (7)</p>	<p>Pełnoziarnista zapiekanka ryżowa ze szpinakiem i serem 150.2g (3, 7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka C z serem twarogowym oraz salata 125.0g (1, 7)</p>
<p>2.2 ostr łatwostrawna</p> <p>Razem E: 1942.2 kcal B 93.5 g T 50.1 g W 320.2 g SFA 16.3 g Cukry 56.1 g Sól 7.1 g Błonnik 28.3 g</p>	<p>Marchew gotowana z olejem 90.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Rosół 300.0g (9) Sos pomidorowy 80.0g (1, 7, 9) Dyńa duszona z olejem W 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1) filety z kurczaka na parze 100.00g;</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	
<p>2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa</p> <p>Razem E: 1942.2 kcal B 93.5 g T 50.1 g W 320.2 g SFA 16.3 g Cukry 56.1 g Sól 7.1 g Błonnik 28.3 g</p>	<p>Marchew gotowana z olejem 90.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>		<p>Rosół 300.0g (9) Sos pomidorowy 80.0g (1, 7, 9) Dyńa duszona z olejem W 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1) filety z kurczaka na parze 100.00g;</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;</p>	

Poniedziałek 2026-03-16	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 1968.5 kcal B 94.6 g T 75.0 g W 277.8 g SFA 17.6 g Cukry 40.5 g Sól 3.9 g Błonnik 33.5 g	Pasta jajeczna z koperkiem 40.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Sos boloński 200.0g (9) Zupa grochowa z ziemniakami 350.0g (7, 9) Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) 80.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda 10.00g; (10) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2077.2 kcal B 102.2 g T 75.3 g W 302.3 g SFA 16.9 g Cukry 32.9 g Sól 4.5 g Błonnik 44.4 g	Pasta jajeczna z koperkiem 40.0g (3, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	kefir, 2% tłuszczu 150.00g; (7)	Sos boloński 200.0g (9) Zupa grochowa z ziemniakami 350.0g (7, 9) Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 200.00g; (1)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) 80.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda 10.00g; (10)	Kanapka C chleb razowy, masło, wędlina, roszponka 105.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 1725.9 kcal B 86.4 g T 50.2 g W 270.9 g SFA 17.3 g Cukry 44.0 g Sól 3.1 g Błonnik 24.3 g	Pasta jajeczna z koperkiem 40.0g (3, 7) Dyńa duszona z olejem W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa brokułowa z ziemniakami 350.0g (7, 9) Sos boloński 200.0g (9) Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 1736.7 kcal B 86.0 g T 51.7 g W 270.5 g SFA 16.7 g Cukry 43.6 g Sól 3.1 g Błonnik 24.2 g	Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (b.pieprz.) 40.0g (3) Dyńa duszona z olejem W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa brokułowa z ziemniakami 350.0g (7, 9) Sos boloński 200.0g (9) Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Wtorek 2026-03-17

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 2102.1 kcal B 123.3 g T 78.7 g W 274.8 g SFA 23.1 g Cukry 58.3 g Sól 3.4 g Błonnik 28.2 g	Pasta rybna (makrela) 50.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) rzepa biała 90.00g; kajzerki 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pieczarkowa 300.0g (7, 9) Pierogi leniwe 300.0g (1, 3, 7) Dip jogurtowy 70.0g (7) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny gotowany 100.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser kanapkowy fawita z szpinak i czosnek PLASTRY 40.00g; (7) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2400.3 kcal B 100.8 g T 87.0 g W 349.5 g SFA 27.3 g Cukry 39.7 g Sól 3.5 g Błonnik 42.1 g	Pasta rybna (makrela) 50.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) rzepa biała 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) bułki grahamki 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Budyń śmietankowy bez cukru 100.0g (7)	Zupa pieczarkowa 300.0g (7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g pierogi pełnoziarniste z kapustą i grzybami (8szt.por.) 300.00g; (1, 3, 7) Kompot owocowy 250.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 100.00g; (1)	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) ser kanapkowy fawita z szpinak i czosnek PLASTRY 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C z serem, masłem i sałatą 80.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 2062.5 kcal B 119.9 g T 78.0 g W 267.0 g SFA 21.9 g Cukry 60.8 g Sól 4.9 g Błonnik 23.8 g	Pasta rybna (makrela) 50.0g (4, 7) Brokuły gotowane z olejem 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa krem z białych warzyw W 350.0g (1, 6, 7, 9) Pierogi leniwe 300.0g (1, 3, 7) Dip jogurtowy 70.0g (7) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona W 90.00g; wędlina drobiowa 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 2062.5 kcal B 119.9 g T 78.0 g W 267.0 g SFA 21.9 g Cukry 60.8 g Sól 4.9 g Błonnik 23.8 g	Pasta rybna (makrela) 50.0g (4, 7) Brokuły gotowane z olejem 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa krem z białych warzyw W 350.0g (1, 6, 7, 9) Pierogi leniwe 300.0g (1, 3, 7) Dip jogurtowy 70.0g (7) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona W 90.00g; wędlina drobiowa 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 -

Środa 2026-03-18

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 2076.4 kcal B 76.7 g T 92.0 g W 272.4 g SFA 18.4 g Cukry 44.3 g Sól 4.0 g Błonnik 29.2 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; pasztet drobiowy własny 70.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń rzymska 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy 80.0g (1, 7) Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Salatka ciecierzycy wegetariańska (Dega) 125.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb razowy 50.00g; (1) wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2292.2 kcal B 91.2 g T 93.0 g W 315.3 g SFA 16.0 g Cukry 34.5 g Sól 3.8 g Błonnik 41.3 g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; pasztet drobiowy własny 70.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń rzymska 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy 80.0g (1, 7) Surówka wielowarzywna z kapustą, papryką, ogórkiem z olejem 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;	wafle ryżowe wielozłaziste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Salatka ciecierzycy wegetariańska (Dega) 125.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham, masło, ser twarogowy, pomidor 138.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 1804.4 kcal B 74.8 g T 61.7 g W 276.0 g SFA 17.1 g Cukry 52.1 g Sól 4.7 g Błonnik 28.8 g	Dynia duszona z olejem W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pasztet drobiowy własny 70.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń rzymska 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju 39.9g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 1704.2 kcal B 79.2 g T 49.7 g W 273.5 g SFA 16.3 g Cukry 52.0 g Sól 5.5 g Błonnik 28.7 g	Dynia duszona z olejem W 90.0g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350.0g (1, 6, 9) Pieczeń rzymska 100.0g (1, 3) Sos pieczeniowy 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		Pasta z pieczonych warzyw na oleju 39.9g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Czwartek 2026-03-19

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 1918.2 kcal B 91.8 g T 73.9 g W 267.1 g SFA 18.0 g Cukry 39.9 g Sól 4.8 g Błonnik 28.5 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Schab duszony W 101.0g Sos własny lekki 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g zupa ogórkowa z ziemniakami 360.00g; (1, 7) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		Fasolka po bretońsku 100.1g (10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2008.8 kcal B 99.5 g T 74.0 g W 289.0 g SFA 15.7 g Cukry 38.7 g Sól 5.5 g Błonnik 39.2 g	Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	jablko 150.00g;	Schab duszony W 101.0g Sos własny lekki 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g zupa ogórkowa z ziemniakami 350.00g; (1, 7) Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) wędlina drobiowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C chleb graham, masło, wędlina, sałata 98.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 1815.5 kcal B 92.3 g T 66.4 g W 260.9 g SFA 17.7 g Cukry 47.2 g Sól 6.1 g Błonnik 30.4 g	Marchew gotowana z olejem 90.0g Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50.0g (3, 7, 10) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Schab duszony W 101.0g Sos własny lekki 80.0g (7, 9) Krem wielowarzywny 350.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) wędlina drobiowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 1802.4 kcal B 92.0 g T 65.2 g W 260.5 g SFA 16.8 g Cukry 46.7 g Sól 6.0 g Błonnik 30.4 g	Marchew gotowana z olejem 90.0g Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (b.pieprz.) 50.0g (3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Schab duszony W 101.0g Sos własny lekki 80.0g (7, 9) Krem wielowarzywny 350.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ziemniaki, gotowane z solą 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 80.00g; (7) wędlina drobiowa 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

Piątek 2026-03-20

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.2 ostr podstawa Razem E: 2123.2 kcal B 88.0 g T 71.4 g W 320.9 g SFA 22.7 g Cukry 48.9 g Sól 3.1 g Błonnik 27.6 g	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 40.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką 350.0g (7, 9) Sos pietruszkowy 80.0g (1, 7) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g; dorsz, filety pieczone 100.00g; (4)		Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 39.9g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2405.1 kcal B 125.4 g T 83.6 g W 332.6 g SFA 23.9 g Cukry 36.1 g Sól 4.5 g Błonnik 43.6 g	Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 50.0g kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7)	Zupa ziemniaczana z zacierką 350.0g (7, 9) Sos pietruszkowy 80.0g (1, 7) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy 250.00g; ryż brązowy gotowany 200.00g; dorsz, filety pieczone 100.00g; (4)	sok pomidorowy 300.00g;	Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 60.0g (1, 3) Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka 39.9g herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka C z serem twarogowym oraz salata 100.0g (1, 7)
2.2 ostr łatwostrawna Razem E: 2127.4 kcal B 91.3 g T 65.7 g W 332.0 g SFA 20.6 g Cukry 47.1 g Sól 2.9 g Błonnik 22.6 g	Pasta twarogowa z koperkiem 70.0g (7) kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) buraki gotowane SŁUPKI z olejem 90.00g; dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką 350.0g (7, 9) Sos pietruszkowy 80.0g (1, 7) Dyńia duszona z olejem W 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g; dorsz, filety pieczone 100.00g; (4)		Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 80.1g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
2.2 ostr łatwostrawna niskołuszczowa Razem E: 2127.4 kcal B 91.3 g T 65.7 g W 332.0 g SFA 20.6 g Cukry 47.1 g Sól 2.9 g Błonnik 22.6 g	Pasta twarogowa z koperkiem 70.0g (7) kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) buraki gotowane SŁUPKI z olejem 90.00g; dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką 350.0g (7, 9) Sos pietruszkowy 80.0g (1, 7) Dyńia duszona z olejem W 150.0g Kompot owocowy 250.00g; ryż biały, gotowany 200.00g; dorsz, filety pieczone 100.00g; (4)		Paszтет warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) 80.1g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	