

Sobota 2026-05-30	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 1895.1 kcal B 77.4 g W 303.9 g Cukry 81.9 g T 57.9 g NKT 17.7 g Błonnik 27.3 g Sód 1902.1 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; paprykarz z tuńczykiem i warzywami (G) 70.00g; (4) chleb graham 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Rolada wieprzowa mielona (P) 100.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Surówka z czerwonej kapusty, jabłka, cebuli z majonezem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; ryż biały, gotowany (G) 100.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) dżem owocowy 40.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2120.8 kcal B 102.5 g W 324.6 g Cukry 37.3 g T 64.6 g NKT 18.0 g Błonnik 38.9 g Sód 2066.4 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; paprykarz z tuńczykiem i warzywami (ryż brązowy) (G) 70.00g; (4) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	wafle ryżowe wielozłazniaste (3szt/por.) 30.0g (11)	Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Rolada wieprzowa mielona (P) 100.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Surówka z czerwonej kapusty, jabłka, cebuli z majonezem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; ryż brązowy gotowany (G) 100.00g;	Owsianka na mleku z musem owocowym (G) 150.0g (1, 7)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 1877.9 kcal B 77.0 g W 303.8 g Cukry 80.3 g T 55.3 g NKT 17.4 g Błonnik 23.6 g Sód 1746.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; paprykarz z tuńczykiem i warzywami (G) 70.00g; (4) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Rolada wieprzowa mielona (P) 100.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona z olejem (P) 150.00g; ryż biały, gotowany (G) 100.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; dżem owocowy 40.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 1877.9 kcal B 77.0 g W 303.8 g Cukry 80.3 g T 55.3 g NKT 17.4 g Błonnik 23.6 g Sód 1746.9 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; paprykarz z tuńczykiem i warzywami (G) 70.00g; (4) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Rolada wieprzowa mielona (P) 100.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona z olejem (P) 150.00g; ryż biały, gotowany (G) 100.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; dżem owocowy 40.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	

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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Niedziela 2026-05-31	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>2.4.26 ostr podstawowa</p> <p>Razem E: 1917.6 kcal B 92.3 g W 283.4 g Cukry 46.8 g T 63.6 g NKT 15.1 g Błonnik 30.6 g Sód 1319.4 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9) Makaron pszenny gotowany (G) 100.0g (1) Kotlet schabowy tradycyjny (S) 100.0g (1, 3) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta drobiowa z warzywami na oleju (G) 60.0g (9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Razem E: 2094.1 kcal B 122.2 g W 307.4 g Cukry 36.9 g T 60.8 g NKT 17.5 g Błonnik 39.4 g Sód 1165.1 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	Mus warzywno- owocowy 100.0g	<p>Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) Rosół (G) 300.0g (9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)</p>	Podplomyki bez cukru (3szt.por) 27.0g (1, 3)	<p>Pasta drobiowa z warzywami na oleju (G) 60.0g (9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
<p>2.4.26 ostr łatwostrawna</p> <p>Razem E: 1840.6 kcal B 107.5 g W 282.9 g Cukry 49.1 g T 48.0 g NKT 12.6 g Błonnik 28.2 g Sód 1375.8 mg</p>	<p>Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Makaron pszenny gotowany (G) 100.0g (1) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta drobiowa z warzywami na oleju (G) 70.1g (9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu</p> <p>Razem E: 1840.6 kcal B 107.5 g W 282.9 g Cukry 49.1 g T 48.0 g NKT 12.6 g Błonnik 28.2 g Sód 1375.8 mg</p>	<p>Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Rosół (G) 300.0g (9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Makaron pszenny gotowany (G) 100.0g (1) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta drobiowa z warzywami na oleju (G) 70.1g (9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie 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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Poniedziałek 2026-06-01	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>2.4.26 ostr podstawowa</p> <p>Razem E: 2013.9 kcal B 114.0 g W 293.7 g Cukry 45.6 g T 61.1 g NKT 14.0 g Błonnik 36.0 g Sód 1879.7 mg</p>	<p>Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>		<p>Zupa grochowa z ziemniakami (G) 350.1g (7, 9)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7)</p> <p>Placki brokułowe PIECZONE (2szt. porcja) (P) 100.0g (1, 3, 7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Razem E: 2296.8 kcal B 139.6 g W 320.1 g Cukry 31.2 g T 71.1 g NKT 18.0 g Błonnik 44.3 g Sód 1934.0 mg</p>	<p>Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>chleb graham 100.00g; (1)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kefir 2% tłuszczu 200.0g (7)</p>	<p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g</p> <p>Zupa grochowa z ziemniakami (G) 350.1g (7, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>	<p>Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.0g (1)</p>	<p>Placki brokułowe PIECZONE (2szt. porcja) (P) 100.0g (1, 3, 7)</p> <p>Pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>2.4.26 ostr łatwostrawna</p> <p>Razem E: 2033.4 kcal B 108.9 g W 291.7 g Cukry 49.1 g T 64.5 g NKT 14.7 g Błonnik 28.6 g Sód 2198.6 mg</p>	<p>Pasta jajeczna z koperkiem (G) 60.0g (3, 7)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7)</p> <p>cułinia pieczona z olejem (P) 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Placki brokułowe PIECZONE (2szt. porcja) (P) 100.0g (1, 3, 7)</p> <p>Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	
<p>2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu</p> <p>Razem E: 2048.0 kcal B 108.1 g W 290.9 g Cukry 48.5 g T 66.8 g NKT 13.8 g Błonnik 28.5 g Sód 2469.6 mg</p>	<p>Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3)</p> <p>kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7)</p> <p>chleb pszenny 100.00g; (1)</p> <p>jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7)</p> <p>cułinia pieczona z olejem (P) 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p> <p>cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7)</p> <p>Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g</p> <p>Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9)</p> <p>Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Placki brokułowe PIECZONE (2szt. porcja) (P) 100.0g (1, 3, 7)</p> <p>Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcję 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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Wtorek 2026-06-02

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 2275.0 kcal B 81.5 g W 282.2 g Cukry 41.0 g T 111.1 g NKT 26.0 g Błonnik 26.8 g Sód 1233.1 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 70.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 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 10.00g;		Zupa ogórkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g pierogi ruskie (8szt.por.) (G) 300.00g; (1, 3, 7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g;		Parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.0g Musztarda 10.0g (10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2558.5 kcal B 99.1 g W 323.7 g Cukry 32.0 g T 118.5 g NKT 27.8 g Błonnik 38.3 g Sód 1431.0 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 70.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 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)	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Zupa ogórkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g pierogi pełnoziarniste ruskie (8szt.por.) (G) 300.00g; (1, 3, 7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g;	wafle ryżowe wieloziarniste (3szt/por.) 30.0g (11)	Parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.0g Musztarda 10.0g (10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy; ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 2108.9 kcal B 75.5 g W 301.5 g Cukry 44.7 g T 83.0 g NKT 22.4 g Błonnik 24.5 g Sód 1493.8 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 70.0g (1, 3) Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Zupa NT selerowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) pierogi ruskie (8szt.por.) (G) 300.00g; (1, 3, 7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 2108.9 kcal B 75.5 g W 301.5 g Cukry 44.7 g T 83.0 g NKT 22.4 g Błonnik 24.5 g Sód 1493.8 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 70.0g (1, 3) Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Zupa NT selerowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) pierogi ruskie (8szt.por.) (G) 300.00g; (1, 3, 7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	

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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Środa 2026-06-03

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 2035.5 kcal B 96.7 g W 264.7 g Cukry 49.9 g T 82.5 g NKT 24.3 g Błonnik 24.1 g Sód 1609.6 mg	Majonez 10.0g (3, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (G) 349.9g (3, 7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Surówka coleslaw z marchewką, kukurydzą i majonezem 150.0g (3, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		Papryka czerwona świeża 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) (G) 70.00g; (9) chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2213.1 kcal B 121.1 g W 275.7 g Cukry 34.1 g T 88.8 g NKT 24.8 g Błonnik 38.3 g Sód 1733.9 mg	Majonez 10.0g (3, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7)	Kefir 2% tłuszczu 200.0g (7)	Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Surówka coleslaw z marchewką, kukurydzą i majonezem 150.0g (3, 10) Zupa szczawiowa z jajkiem i ziemniakami (G) 349.9g (3, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Papryka czerwona świeża 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) (G) 70.00g; (9) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 1910.6 kcal B 85.6 g W 297.9 g Cukry 55.3 g T 58.8 g NKT 19.2 g Błonnik 23.1 g Sód 2076.6 mg	Dynia duszona z olejem (D) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Zupa NT kukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) (G) 70.00g; (9) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 1925.4 kcal B 84.8 g W 298.1 g Cukry 55.3 g T 60.7 g NKT 18.1 g Błonnik 23.3 g Sód 2365.3 mg	Dynia duszona z olejem (D) 90.0g Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Zupa NT kukiniowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; galareta drobiowa (mięso drobiowe, marchew) (G) 70.00g; (9) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie 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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Czwartek 2026-06-04	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 1902.3 kcal B 99.3 g W 265.4 g Cukry 46.4 g T 67.3 g NKT 16.8 g Błonnik 25.2 g Sód 2034.6 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa botwinka z ziemniakami (G) 350.0g (3, 7, 9) Kotlet mielony (S) 100.0g (1, 3) Mizeria z jogurtem 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Śledź małosolny w jogurcie z jabłkiem 100.0g (4, 7) Wędlina drobiowa (PARZ.) 50.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2111.2 kcal B 123.3 g W 292.6 g Cukry 42.2 g T 70.4 g NKT 20.3 g Błonnik 37.9 g Sód 2225.7 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) rozspanka 10.00g;	Koktajl jabłkowy z cynamonem (b.cukru) 200.0g (7)	Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa botwinka z ziemniakami (G) 350.0g (3, 7, 9) Mizeria z jogurtem 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Sok pomidorowy 300.0g	Śledź małosolny w jogurcie z jabłkiem 100.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 2182.3 kcal B 92.3 g W 365.6 g Cukry 44.7 g T 56.9 g NKT 15.5 g Błonnik 24.6 g Sód 2102.9 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9) Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona z olejem (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 2182.3 kcal B 92.3 g W 365.6 g Cukry 44.7 g T 56.9 g NKT 15.5 g Błonnik 24.6 g Sód 2102.9 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Zupa NT ryżanka z włoszczyzną (G) 350.0g (7, 9) Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona z olejem (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie 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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Piątek 2026-06-05

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 2004.2 kcal B 88.6 g W 288.5 g Cukry 56.7 g T 73.7 g NKT 19.2 g Błonnik 39.7 g Sód 1564.2 mg	Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Zupa jarzynowa (G) 349.9g (7, 9) Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)		Salatka jarzynowa tradycyjna (G) 100.0g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2132.6 kcal B 102.6 g W 308.0 g Cukry 36.4 g T 75.5 g NKT 17.1 g Błonnik 50.7 g Sód 1608.7 mg	Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 60.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 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)	Mus warzywno- owocowy 100.0g	Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z kiszzonej kapusty, marchewki, pora, cebuli z olejem 150.0g Zupa jarzynowa (G) 349.9g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)	Pieczywo chrupkie wielozłarniste WASA (3szt.) 21.0g (1)	Salatka jarzynowa tradycyjna (G) 100.0g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 1790.4 kcal B 77.3 g W 309.2 g Cukry 63.4 g T 45.5 g NKT 16.8 g Błonnik 38.3 g Sód 1915.6 mg	Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 69.9g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) cukinia pieczona z olejem (P) 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Zupa NT szpinakowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)		Salatka warzywna (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, koper) z jogurtem (G) 100.1g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 1790.4 kcal B 77.3 g W 309.2 g Cukry 63.4 g T 45.5 g NKT 16.8 g Błonnik 38.3 g Sód 1915.6 mg	Pasta z pieczonych warzyw na oleju (P) 69.9g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) cukinia pieczona z olejem (P) 90.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Sos ziołowy (G) 80.0g (1, 7) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Zupa NT szpinakowa z ziemniakami (G) 350.1g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; dorsz, filety pieczone (P) 100.00g; (4)		Salatka warzywna (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, koper) z jogurtem (G) 100.1g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	

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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Sobota 2026-06-06	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 1684.1 kcal B 94.7 g W 273.2 g Cukry 72.4 g T 42.6 g NKT 11.8 g Błonnik 35.1 g Sód 1353.5 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Potrąwka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.0g (9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza gryczana gotowana (G) 200.00g;		Ser twarogowy chudy 60.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2000.5 kcal B 118.5 g W 302.0 g Cukry 38.3 g T 55.7 g NKT 15.9 g Błonnik 42.0 g Sód 1785.2 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Podpłomyki bez cukru 3szt/por 27.00g; (1, 3)	Potrąwka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.0g (9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza gryczana gotowana (G) 200.00g;	Budyń śmietankowy bez cukru (G) 148.6g (7)	Ser twarogowy chudy 50.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 1789.9 kcal B 87.3 g W 299.9 g Cukry 67.5 g T 43.3 g NKT 11.8 g Błonnik 31.3 g Sód 1749.2 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Potrąwka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa NT marchewkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 60.00g; (7) dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 1789.9 kcal B 87.3 g W 299.9 g Cukry 67.5 g T 43.3 g NKT 11.8 g Błonnik 31.3 g Sód 1749.2 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Potrąwka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Zupa NT marchewkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perłowa, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 60.00g; (7) dżem owocowy 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Niedziela 2026-06-07	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
<p>2.4.26 ostr podstawowa</p> <p>Razem E: 1795.7 kcal B 86.6 g W 293.6 g Cukry 61.0 g T 47.3 g NKT 18.3 g Błonnik 29.2 g Sód 1764.3 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7) Żurek z ziemniakami (G) 349.8g (1, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	
<p>2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów</p> <p>Razem E: 1986.8 kcal B 110.7 g W 295.1 g Cukry 41.7 g T 60.1 g NKT 18.8 g Błonnik 41.6 g Sód 2204.7 mg</p>	<p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>sok wielowarzywny 300.00g; (9)</p>	<p>Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Surówka z marchewki z porem ze śmietanką 150.0g (7) Żurek z ziemniakami (G) 349.8g (1, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>	<p>Mus warzywno- owocowy 100.0g</p>	<p>Pelnoziarnista zapiekanka ryżowa ze szpinakiem i serem (P) 150.2g (3, 7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	<p>Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)</p>
<p>2.4.26 ostr łatwostrawna</p> <p>Razem E: 1918.8 kcal B 80.1 g W 322.4 g Cukry 63.0 g T 51.3 g NKT 16.5 g Błonnik 26.4 g Sód 2066.3 mg</p>	<p>Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Dynia duszona z olejem (D) 150.0g Zupa NT ziemniaczana (G) 350.0g (7, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	
<p>2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu</p> <p>Razem E: 1918.8 kcal B 80.1 g W 322.4 g Cukry 63.0 g T 51.3 g NKT 16.5 g Błonnik 26.4 g Sód 2066.3 mg</p>	<p>Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;</p>		<p>Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Dynia duszona z olejem (D) 150.0g Zupa NT ziemniaczana (G) 350.0g (7, 9)</p> <p>Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;</p>		<p>Zapiekanka ryżowa z jabłkiem i cynamonem (P) 150.0g (7)</p> <p>herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)</p>	

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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
 NKT- nasycone kwasy tłuszczowe

Poniedziałek 2026-06-08	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
2.4.26 ostr podstawowa Razem E: 1880.7 kcal B 92.4 g W 272.3 g Cukry 48.3 g T 65.0 g NKT 11.8 g Błonnik 35.4 g Sód 1819.5 mg	Polędwica sopocka (PARZ) 50.0g (6) Jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;		Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.1g (9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 100.4g (10) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Salatka ciecierzycy wegetariańska (Dega) 125.00g; pomidor czerwony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr z ogr łatwo przyswajalnych węglowodanów Razem E: 2202.9 kcal B 118.7 g W 306.0 g Cukry 33.9 g T 75.5 g NKT 15.9 g Błonnik 43.2 g Sód 1943.0 mg	Polędwica sopocka (PARZ) 50.0g (6) Jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	kefir, 2% tłuszczu 200.00g; (7)	Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.1g (9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	wafle ryżowe wielozłazniste (3szt/por.) 30.0g (11)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Salatka ciecierzycy wegetariańska (Dega) 125.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlna sucha / ser twarogowy/ jajko (PARZ / G) (1szt) 100.00g; (1, 7)
2.4.26 ostr łatwostrawna Razem E: 1861.9 kcal B 97.9 g W 263.7 g Cukry 58.6 g T 61.7 g NKT 16.2 g Błonnik 24.4 g Sód 1786.4 mg	Polędwica sopocka (PARZ) 50.0g (6) Jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) cukinia pieczona z olejem (P) 90.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.1g (9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Wędlna drobiowa (PARZ.) 50.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	
2.4.26 ostr łatwostrawna z ogr. tłuszczu Razem E: 1876.7 kcal B 97.1 g W 264.0 g Cukry 58.6 g T 63.7 g NKT 15.2 g Błonnik 24.5 g Sód 2075.1 mg	Polędwica sopocka (PARZ) 50.0g (6) Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 60.0g (3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) Jogurt owocowy 100.00g; (7) cukinia pieczona z olejem (P) 90.00g; cukier, biały 10.00g; masło ekstra 10.00g; (7)		Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 9, 10) Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.1g (9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Wędlna drobiowa (PARZ.) 50.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 10.00g;	

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie 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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

G- gotowanie, P- pieczenie, D- duszenie, S- smażenie, PAR- parowanie, W- wędzenie, PARZ- parzona
NKT- nasycone kwasy tłuszczowe