

Wtorek 2026-03-31

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1846.2 kcal B 94.1 g W 286.2 g Cukry 46.4 g T 54.2 g NKT 17.3 g Błonnik 29.6 g Sód 1306.3 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 40.0g (3, 7, 10) Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Pieczeń drobiowa z marchewką (P) 100.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z selera z jabłkiem, marchewką i śmietanką 150.0g (7, 9) Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.2g (9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g;		Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 149.9g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 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 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2058.0 kcal B 110.8 g W 321.0 g Cukry 39.4 g T 57.6 g NKT 15.6 g Błonnik 45.9 g Sód 1519.8 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 40.0g (3, 7, 10) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Zupa kapuśniak z ziemniakami (G) 350.2g (9) Pieczeń drobiowa z marchewką (P) 100.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z selera z jabłkiem, marchewką i śmietanką 150.0g (7, 9) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż brązowy gotowany (G) 200.00g;	Pieczywo chrupkie wieloziarniste WASA (3szt.) 21.00g; (1)	Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 149.9g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser, gouda tłusty 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1891.6 kcal B 98.4 g W 295.1 g Cukry 45.3 g T 51.8 g NKT 19.0 g Błonnik 23.7 g Sód 1864.5 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem (G) 40.0g (3, 7, 10) Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Pieczeń drobiowa z marchewką (P) 100.0g Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7) Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 149.9g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1880.3 kcal B 98.0 g W 294.8 g Cukry 44.9 g T 50.8 g NKT 18.3 g Błonnik 23.7 g Sód 2002.9 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 40.0g (3) Brokuły gotowane z olejem (G) 90.0g Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Pieczeń drobiowa z marchewką (P) 100.0g Zupa NT pietruszkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7) Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ryż biały, gotowany (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		Leczo warzywne z kurczakiem (włoszczyzna, cukinia, pomidory, filet) (G) 149.9g (7, 9) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; mozzarella 30.00g; (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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

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

Środa 2026-04-01

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1854.2 kcal B 86.6 g W 260.2 g Cukry 39.7 g T 68.3 g NKT 15.4 g Błonnik 28.4 g Sód 1646.0 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek kiszony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb graham 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (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; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) pomidor czerwony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2093.6 kcal B 101.0 g W 297.9 g Cukry 50.6 g T 74.5 g NKT 17.0 g Błonnik 41.4 g Sód 1672.1 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; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	pomarańcza 150.00g;	Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (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; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1775.6 kcal B 90.0 g W 274.5 g Cukry 45.1 g T 52.0 g NKT 14.3 g Błonnik 29.1 g Sód 1644.5 mg	Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1775.6 kcal B 90.0 g W 274.5 g Cukry 45.1 g T 52.0 g NKT 14.3 g Błonnik 29.1 g Sód 1644.5 mg	Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser twarogowy chudy 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa buraczkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Gulasz wieprzowy z marchewką (D) 200.0g (7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; pasztet wieprzowy własny (P) 70.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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 2026-04-02

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1901.3 kcal B 93.3 g W 253.8 g Cukry 45.0 g T 77.3 g NKT 18.7 g Błonnik 30.7 g Sód 1704.4 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 40.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa brokułowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda (1 szt.) 10.00g; (10) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2095.2 kcal B 103.9 g W 287.6 g Cukry 36.5 g T 81.2 g NKT 16.9 g Błonnik 40.9 g Sód 1751.6 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 40.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) rzodkiewka 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g (7)	Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Zupa brokułowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Podplomyki bez cukru 3szt/por 27.00g; (1, 3)	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; parówki z szynki (2szt.por.) (G) 80.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda (1 szt.) 10.00g; (10)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1761.9 kcal B 94.3 g W 256.4 g Cukry 44.7 g T 55.9 g NKT 17.9 g Błonnik 25.4 g Sód 1946.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 40.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa brokułowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1761.9 kcal B 94.3 g W 256.4 g Cukry 44.7 g T 55.9 g NKT 17.9 g Błonnik 25.4 g Sód 1946.7 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 40.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Podudzie z kurczaka pieczone (P) 160.0g Sos potrawkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Zupa brokułowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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 2026-04-03

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1790.1 kcal B 87.6 g W 276.3 g Cukry 39.4 g T 53.9 g NKT 15.1 g Błonnik 28.6 g Sód 1006.4 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 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) jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) chleb graham 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa koperkowa z ryżem białym (G) 350.0g (1, 6, 7, 9) Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Fasolka szparagowa żółta gotowana CIĘTA z bułeczka i maselkiem (G/S) 150.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2138.3 kcal B 106.0 g W 319.8 g Cukry 35.1 g T 69.3 g NKT 16.8 g Błonnik 49.1 g Sód 1136.7 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7)	sok pomidorowy 300.00g;	Zupa koperkowa z ryżem brązowym (G) 350.0g (1, 6, 7, 9) Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Fasolka szparagowa żółta gotowana CIĘTA z bułeczka i maselkiem (G/S) 150.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Salatka ciecierzycza wegetariańska (Dega) (G) 125.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1848.7 kcal B 89.0 g W 291.8 g Cukry 42.1 g T 53.0 g NKT 14.8 g Błonnik 24.0 g Sód 1227.7 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) jaja gotowane (1szt.por.) (G) 50.00g; (3) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa koperkowa z ryżem białym (G) 350.0g (1, 6, 7, 9) Dymia duszona z olejem (D) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1849.4 kcal B 87.3 g W 292.0 g Cukry 42.1 g T 53.8 g NKT 13.7 g Błonnik 24.1 g Sód 1457.2 mg	Pasztet warzywny (włoszczyzna, cukinia, koper) (P) 60.0g (1, 3) Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 50.0g (3) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Sos pietruszkowy (G) 80.0g (1, 7) Zupa koperkowa z ryżem białym (G) 350.0g (1, 6, 7, 9) Dymia duszona z olejem (D) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; miruna pieczona (P) 100.00g; (4)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 70.00g; (7) dżem owocowy (1szt.) 25.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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

Sobota 2026-04-04

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1816.0 kcal B 86.3 g W 284.2 g Cukry 50.2 g T 54.9 g NKT 15.4 g Błonnik 34.9 g Sód 1532.7 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9) Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta rybna (tuńczyk) (G) 70.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2004.5 kcal B 99.7 g W 318.7 g Cukry 39.1 g T 56.6 g NKT 13.4 g Błonnik 43.7 g Sód 1543.1 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 drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	sok pomarańczowy karton 200.00g;	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9) Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 149.9g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Kisiel owocowy bez cukru (G) 100.0g	Pasta rybna (tuńczyk) (G) 70.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona świeża 90.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1829.5 kcal B 86.4 g W 286.8 g Cukry 52.1 g T 54.3 g NKT 15.3 g Błonnik 30.3 g Sód 1610.2 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta rybna (tuńczyk) (G) 70.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1829.5 kcal B 86.4 g W 286.8 g Cukry 52.1 g T 54.3 g NKT 15.3 g Błonnik 30.3 g Sód 1610.2 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; haga serek twarogowy LACTIMA (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Potrawka drobiowa z warzywami (włoszczyzna) (D) 200.0g (1, 7, 9) Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (G) 350.1g (1, 6, 9) Surówka z marchewki tartej z OLEJEM 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Pasta rybna (tuńczyk) (G) 70.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; serek śmietankowy z ziołami 40.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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

Niedziela 2026-04-05

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2456.0 kcal B 111.5 g W 313.8 g Cukry 57.3 g T 105.1 g NKT 21.8 g Błonnik 32.2 g Sód 1809.0 mg	Salatka jarzynowa tradycyjna (G) 150.1g (3, 7, 9, 10) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	ciasto sernik 70.00g; (1, 3, 7)	Rosół (G) 300.0g (9) Kotlet mielony (S) 100.0g (1, 3) 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; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) pomidor czerwony 90.00g; frankfurterki (3szt) (G) 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda 10.00g; (10) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2527.1 kcal B 123.9 g W 329.3 g Cukry 46.7 g T 104.0 g NKT 26.3 g Błonnik 39.4 g Sód 1810.5 mg	Salatka jarzynowa tradycyjna (G) 150.1g (3, 7, 9, 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 drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Sernik na zimno (erytrytol) 70.0g (7)	Rosół (G) 300.0g (9) Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 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; makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany (G) 100.00g; (1)	Budyń śmietankowy bez cukru (G) 100.0g (7)	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) chleb graham 100.00g; (1) frankfurterki (3szt) (G) 90.00g; pomidor czerwony 90.00g; ser, gouda tłusty 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) musztarda 10.00g; (10)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2193.5 kcal B 107.0 g W 336.1 g Cukry 57.1 g T 65.4 g NKT 20.8 g Błonnik 33.8 g Sód 2054.7 mg	Salatka warzywna (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, koper) z jogurtem (G) 150.1g (7, 9) Dyńia duszona z olejem (D) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	ciasto sernik 70.00g; (1, 3, 7)	Rosół (G) 300.0g (9) Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2193.5 kcal B 107.0 g W 336.1 g Cukry 57.1 g T 65.4 g NKT 20.8 g Błonnik 33.8 g Sód 2054.7 mg	Salatka warzywna (marchew, ziemniaki, seler, pietruszka, koper) z jogurtem (G) 150.1g (7, 9) Dyńia duszona z olejem (D) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	ciasto sernik 70.00g; (1, 3, 7)	Rosół (G) 300.0g (9) Pulpety wieprzowe (G) 100.0g (1, 3) Sos koperkowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Marchew gotowana z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Bukiet warzyw gotowanych z olejem (G) 90.0g chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ricotta 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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

Poniedziałek 2026-04-06

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2364.1 kcal B 100.6 g W 309.3 g Cukry 59.0 g T 99.8 g NKT 26.3 g Błonnik 31.5 g Sód 2285.3 mg	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.00g; (3) papryka czerwona świeża 90.00g; pasztet drobiowy z żurawiną (P) 70.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) majonez 10.00g; (3, 10) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	ciasto jabłecznik 70.00g; (1)	Żurek z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; rzodkiewka 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2385.3 kcal B 113.1 g W 322.1 g Cukry 48.2 g T 93.2 g NKT 23.6 g Błonnik 41.7 g Sód 2291.5 mg	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.00g; (3) papryka czerwona świeża 90.00g; pasztet drobiowy z żurawiną (P) 70.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	ciasto jabłecznik (erytrytol) 70.00g; (1)	Żurek z ziemniakami (G) 349.9g (1, 7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) rzodkiewka 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2334.5 kcal B 100.4 g W 317.2 g Cukry 60.1 g T 91.6 g NKT 24.3 g Błonnik 25.8 g Sód 2371.5 mg	kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) jaja gotowane (2szt.por.) (G) 100.00g; (3) cukinia pieczona (P) 90.00g; pasztet drobiowy z żurawiną (P) 70.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	ciasto jabłecznik 70.00g; (1)	Zupa NT marchewkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 40.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2193.2 kcal B 98.7 g W 314.8 g Cukry 60.0 g T 77.9 g NKT 19.6 g Błonnik 25.8 g Sód 2767.3 mg	Pasta z białek jaj z koperkiem na oleju (G) 70.0g (3) kawa zbożowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) cukinia pieczona (P) 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	ciasto jabłecznik 70.00g; (1)	Zupa NT marchewkowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Pieczeń z szynki (szt. mięsa) (P) 101.0g Sos własny lekki (G) 80.0g (7, 9) Buraczki tarte gotowane z olejem (G) 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; serek fromage naturalny (klasyczny) 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 - tubin i produkty pochodne, 14 -

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

Wtorek 2026-04-07

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2047.1 kcal B 91.5 g W 316.2 g Cukry 44.1 g T 64.7 g NKT 19.3 g Błonnik 37.1 g Sód 1704.0 mg	Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 70.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa grochowa z ziemniakami (G) 350.1g (7, 9) Pierogi ze szpinakiem i twarogiem z okrasą z cebuli (8szt.por.) (G/S) 300.0g (1, 7) Salata w sosie jogurtowo- ziolowym 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g;		kawa zbozowa z mlekiem napar bez cukru 250.00g; (1, 7) papryka czerwona swieza 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wedlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) ser, gouda tlusty 20.00g; (7) maslo ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2302.9 kcal B 109.2 g W 364.6 g Cukry 32.4 g T 67.7 g NKT 17.5 g Błonnik 58.5 g Sód 1783.6 mg	Pasta z białej fasoli, cebuli i jabłka (G) 70.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) pomidor czerwony 90.00g; mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	gruszka 150.00g;	Pierogi pełnoziarniste ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Zupa grochowa z ziemniakami (G) 350.1g (7, 9) Salata w sosie jogurtowo- ziolowym 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g;	wafle ryzowe wielozarniste (3szt/porc.) 30.00g; (11)	kawa zbozowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb graham 100.00g; (1) papryka czerwona swieza 90.00g; wedlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; ser, gouda tlusty 20.00g; (7) maslo ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, maslo, salata, dodatek bialkowy: ser zolty/ wedlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2034.9 kcal B 92.1 g W 312.1 g Cukry 48.3 g T 63.7 g NKT 22.1 g Błonnik 27.9 g Sód 2001.6 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wedlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Pierogi ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Salata w sosie jogurtowo- ziolowym 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		kawa zbozowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wedlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) maslo ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2034.9 kcal B 92.1 g W 312.1 g Cukry 48.3 g T 63.7 g NKT 22.1 g Błonnik 27.9 g Sód 2001.6 mg	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) kalafior gotowany z olejem (G) 90.00g; wedlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; mozzarella 30.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa pomidorowa (G) 300.0g (7, 9) Pierogi ze szpinakiem i twarogiem (8szt.por.) (G) 300.0g (1, 7) Salata w sosie jogurtowo- ziolowym 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroz.) (G) 250.00g; makaron pszenny gotowany (G) 100.00g; (1)		kawa zbozowa z mlekiem napar bez cukru (G) 250.00g; (1, 7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wedlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) maslo ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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

Środa 2026-04-08

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 1688.7 kcal B 100.9 g W 254.5 g Cukry 43.3 g T 48.1 g NKT 13.6 g Błonnik 34.0 g Sód 1927.3 mg	pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) ogórek 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, cebuli, ogórka z olejem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza bulgur, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; bigos (G) 150.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 1883.1 kcal B 114.3 g W 281.8 g Cukry 43.5 g T 54.1 g NKT 15.2 g Błonnik 45.7 g Sód 1950.9 mg	pasta twarogowa z pieczoną papryką (P) 60.0g (7) 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; masło ekstra 10.00g; (7)	Mus warzywno- owocowy W 100.0g	Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Surówka z kapusty pekińskiej, papryki, cebuli, ogórka z olejem 150.0g (3, 7, 10) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza bulgur, gotowana (G) 200.00g; (1)	Kisiel owocowy bez cukru (G) 100.0g	herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; bigos (G) 150.00g; (1) chleb graham 100.00g; (1) pomidor czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7)	Kanapka: chleb razowy, masło, sałata, dodatek białkowy: ser żółty/ wędlina / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 2057.4 kcal B 114.1 g W 281.4 g Cukry 41.6 g T 69.8 g NKT 15.4 g Błonnik 27.1 g Sód 2070.9 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7) Dyńia duszona z olejem (D) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 2057.4 kcal B 114.1 g W 281.4 g Cukry 41.6 g T 69.8 g NKT 15.4 g Błonnik 27.1 g Sód 2070.9 mg	Pasta twarogowa z koperkiem 60.0g (7) Dyńia duszona z olejem (D) 90.0g herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa dyniowa z ziemniakami (G) 350.0g (7, 9) Sos pomidorowy (G) 80.0g (1, 7, 9) Filet z kurczaka na parze (PAR.) 101.0g Kapusta pekińska szatkowana z koperkiem i olejem 150.0g Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; kasza jęczmienna, perlowa, gotowana (G) 200.00g; (1)		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; serek wiejski ziarnisty 200.00g; (7) chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; wędlina drobiowa (PARZ.) 30.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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 2026-04-09

	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA	POSIŁEK NOCNY
4.2 ostr PODSTAWOWA Razem E: 2017.7 kcal B 108.3 g W 277.6 g Cukry 47.7 g T 68.4 g NKT 24.7 g Błonnik 27.2 g Sód 1821.0 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Jogurt owocowy 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; bułki grahamki 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; chleb pszenny 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;		Śledź małosolny w jogurcie z jabłkiem 100.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; ogórek kiszony 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) chleb pszenny 50.00g; (1) ser kanapkowy favita z papryką PLASTRY 20.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr Z OGR ŁATW PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW Razem E: 2217.3 kcal B 123.7 g W 314.1 g Cukry 55.6 g T 70.6 g NKT 22.7 g Błonnik 40.7 g Sód 1974.9 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) jogurt naturalny, 2% tłuszczu 100.00g; (7) papryka czerwona świeża 90.00g; chleb graham 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; bułki grahamki 50.00g; (1) deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7)	mandarynki 150.00g;	Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Surówka z marchewki i jabłka ze śmietanką 150.0g (7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g;	sok wielowarzywny 300.00g; (9)	Śledź małosolny w jogurcie z jabłkiem 100.0g (4, 7) herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb graham 100.00g; (1) ogórek kiszony 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 / ser twarogowy/ jajko produkt 100.00g; (1, 7)
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA Razem E: 1819.8 kcal B 108.3 g W 275.2 g Cukry 47.9 g T 51.7 g NKT 20.6 g Błonnik 22.9 g Sód 1815.1 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	
4.2 ostr ŁATWOSTRAWNA NISKOTŁUSZCZOWA Razem E: 1819.8 kcal B 108.3 g W 275.2 g Cukry 47.9 g T 51.7 g NKT 20.6 g Błonnik 22.9 g Sód 1815.1 mg	Kakao tradycyjne (bez cukru) (G) 250.0g (7) Marchew gotowana z olejem (G) 90.0g Jogurt owocowy 100.00g; (7) chleb pszenny 50.00g; (1) kajzerki 50.00g; (1) wędlina drobiowa (PARZ.) 50.00g; deliser serek twarogowy (1szt.) 17.00g; (7) masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;		Zupa ziemniaczana z zacierką (G) 350.1g (7, 9) Schab duszony (D) 101.0g Sos pieczeniowy (G) 80.0g (1, 7) Kompot owocowy (o. mroż.) (G) 250.00g; ziemniaki, gotowane z koperkiem (G) 200.00g; cukinia pieczona (P) 150.00g;		herbata czarna napar bez cukru (G) 250.00g; chleb pszenny 100.00g; (1) pomidor b/s czerwony 90.00g; ser twarogowy chudy 50.00g; (7) wędlina wieprzowa (PARZ) 50.00g; masło ekstra 10.00g; (7) cukier, biały 5.00g;	

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