

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Pomiedziatek Wielkanocny 06 04 2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU,SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Schab benedyktyński 40g (SOJ) Pasta twarogowa z brzoskwinia 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25g/1 szt Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Pomidor ćw. b/s z cebulką30g/3g Papryka paseczki 30 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ) Pasta twarogowa z brzoskwinia 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25g/1 szt Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Szinak Baby 20 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 10 g / 1 szt Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Szinak Baby 20 g Pomidor ćw. z cebulką30g/3g Papryka paseczki 30 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ) Pasta twarogowa ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Szinak Baby 20 g Pomidor ćw. z cebulką30g/3g Papryka paseczki 30 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Pasta z kalafiora 20 g Herbata owocowa- truskawkowa b/c 150 ml	
	II Śniadanie		Burak o smaku malin - Suszone chipsy z buraka 1 op / 18 g Actimel klasyczny 100 ml/ 1 szt (MLE)		Burak o smaku malin - Suszone chipsy z buraka 1 op / 18 g Actimel klasyczny 100 ml/ 1 szt (MLE)		
	Obiad	Rosół z kaszką kukurydzianą i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos pieczarkowy 60 ml (MLE) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka Coleslaw 150 g Buraczki gotowane tarte na ciepło 150 g Kompot z wieloowocowy z cukrem 200 ml / 3 g	Rosół z kaszką kukurydzianą i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, SEL) Schab bitka gotowana na rosole 100g Sos pomidorowy 60 ml (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki gotowane tarte na ciepło 150 g Brokuł gotowany 150 g Kompot z wieloowocowy z cukrem 200 ml / 3 g	Rosół z kaszką kukurydzianą i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, SEL) Schab bitka gotowana na rosole 100g Sos pomidorowy 60 ml (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 100 g Buraczki gotowane tarte na ciepło 150 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot z wieloowocowy b/c 200 ml g	Rosół z kaszką kukurydzianą i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, SEL) Schab bitka gotowana na rosole 100g Sos pomidorowy 60 ml (MLE) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Buraczki gotowane tarte na ciepło 150 g Surówka Coleslaw 150 g Kompot z wieloowocowy b/c 200 ml		
	Poprch.	Mandarynka z/s 1 szt / 65 g Cukierki czekoladowe z galaretką 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kakao gotowane na mleku b/c 100 ml (MLE)	Banan z/s 1 szt 120 g Podplomyki b/d/c – 9 g/ 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Mleko gotowane b/c 100 ml (MLE)	Mandarynka z/s 1 szt / 65 g Podplomyki b/d/c – 9g/ 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Mleko gotowane b/c 100 ml (MLE)	Mandarynka z/s 1 szt / 65 g Podplomyki b/d/c – 18 g/ 2 szt (GLU, SOJ, MLE) Mleko gotowane b/c 100 ml (MLE)		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowej 40g (GLU) Jajko gotowane ze szczypiorkiem 50g/1 g (JAJ) Majonez 5 g/ rzeżucha 3 g (JAJ, GOR) Jogurt naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Ogórek kiszony plasterki b/s 60 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 150 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane z koperkiem 50g/1 g (JAJ) Jogurt naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 150 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane ze szczypiorkiem 50g/1 g (JAJ) Rzeżucha 3 g Jogurt naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Ogórek kiszony plasterki b/s 60 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 150 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane ze szczypiorkiem 50g/1g (JAJ) Rzeżucha 3 g Jogurt naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Ogórek kiszony plasterki b/s 60 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 150 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri 17g/1szt (MLE) Pasta z twarogu z brzoskwinia 20 g (MLE) Pomidor plasterki b/s 20 g Mus truskawkowy 20 g	
	II Kolacja	Burak o smaku malin - Suszone chipsy z buraka 1 op / 18 g	Actimel klasyczny 100 ml/ 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 50g/10g Roszponka 10 g Mleko gotowane z cynamonem b/c 150 ml (MLE)	Actimel klasyczny 100 ml/ 1 szt (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 50g/10g Roszponka 10 g Mleko gotowane z cynamonem b/c 150 ml (MLE)	
	Wartości odżywcze	Kcal: 2596.16 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz ogółem: 93.82 g; Węglowodany ogółem: 367.82 g; Kw. tł. nasycone: 47.02 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1071.88 mg; Błonnik: 36.94 g; W tym cukry: 76.81 g;	Kcal: 2418.42 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 87.88 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; Kw. tł. nasycone: 44.54 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1111.74 mg; Błonnik: 21.42 g; W tym cukry: 49.89 g;	Kcal: 2780.18 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz ogółem: 100.94 g; Węglowodany ogółem: 370.66 g; Kw. tł. nasycone: 54.04 g; Sól: 6.01 g; Sód: 1277.84 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 66.58 g;	Kcal: 1588.62 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz ogółem: 52.74 g; Węglowodany ogółem: 221.70 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.16 g; Sód: 740.24 mg; Błonnik: 28.60 g; W tym cukry: 49.56 g;	Kcal: 2796.40 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz ogółem: 106.59 g; Węglowodany ogółem: 361.43 g; Kw. tł. nasycone: 54.51 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1419.85 mg; Błonnik: 42.78 g; W tym cukry: 73.68 g;	Kcal: 533.65 kcal; Białko ogółem: 33.60 g; Tłuszcz ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 60.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 3.09 g; Sód: 576.58 mg; Błonnik: 3.99 g; W tym cukry: 20.06 g;

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	Łatwostrawna P02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Wtorek 07 04 2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 40g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka pszenna 1 szt (GLU) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Szynka Michałowej 40g (GLU) Skyr naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25g/1 szt Pomidorki koktajlowe 60 g Ogórek świeży b/s plasterki 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ), Bułka pszenna 1 szt (GLU) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Szynka Michałowej 40g (GLU) Skyr naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25g/1 szt Pomidorki koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c250 ml (MLE)	Bułka Graham 1szt (GLU) Rama z Omega 3 10g/1szt Szynka Michałowej 20g (GLU) Skyr naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Szpiniak Baby 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Bułka Graham 1szt (GLU) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowej 40g (GLU) Skyr naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Szpiniak Baby 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Serek kanapkowy ziołowy 17 g / 1 szt (MLE) Cykoria 10 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml	
	II Śniadanie		Pieczywo chrupkie 30g (GLU, SEZ) Rama z Omega 3 10 g / 1 szt Schab benedyktyński 20g (SOJ) Pasta jajeczna z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, MLE) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata owocowa- truskawkowa b/c150 ml		Pieczywo chrupkie 30g (GLU, SEZ) Rama z Omega 3 10 g / 1 szt Pasta jajeczna z koperkiem i masłem 50 g (JAJ, ML) Schab benedyktyński (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata owocowa- truskawkowa b/c150 ml		
	Obiad	Kapuśniak z białej kapusty z majerankiem, ziemniakami i zieleciną 250ml/30g (SEL) Kociółek meksykański z szynką wp., fasolą i warzywami, duszony z pomidorami 135g (GLU, SEL) Kasza Bulgur gotowana z ziel. 200 g (GLU) Surówka selera i brzoskwiniz jogurtem 150 g (SEL, MLE) Woda z plasterkami cytryny 200 ml	Krem z zielonych warzyw z groszkiem ptyśowym i zieleciną 250 ml / 10 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Zrazik wp. nadsziewany kalafiozem, mielony, gotowany 100g Sos szpinakowy 60 ml (GLU) Kasza Bulgur gotowana z ziel. 200 g (GLU) Marchewka Junior gotowana 150 g Woda z plasterkami cytryny 200 ml	Kapuśniak z białej kapusty z majerankiem, ziemniakami i zieleciną 250ml/30g (SEL) Zrazik wp. nadsziewany kalafiozem, mielony, gotowany 100g Kasza Bulgur gotowana z ziel. 100 g (GLU) Marchewka Junior gotowana 150 g Surówka selera i brzoskwiniz jogurtem 150 g (MLE, SEL) Woda z plasterkami cytryny 200 ml	Kapuśniak z białej kapusty z majerankiem, ziemniakami i zieleciną 250ml/30g (SEL) Zrazik wp. nadsziewany kalafiozem, mielony, gotowany 100g Sos szpinakowy 60 ml (GLU) KaszaBulgur gotowana z ziel. 200 g (GLU) Marchewka Junior gotowana 150 g Surówka selera i brzoskwiniz jogurtem 150 g (MLE, SEL) Woda z plasterkami cytryny 200 ml		
	Podw.	Mus wieloowocowy - marchwiowy tubka 100 g/ 1 szt Herbatniki Be-Be 1 szt / 16 g (GLU, SOJ, MLE)		Mus wieloowocowy - marchwiowy tubka 100 g/ 1 szt	Mus wieloowocowy - marchwiowy tubka 100 g/ 1 szt Herbatniki Be-Be 1 szt / 16 g (GLU, SOJ, MLE)		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80gr (GLU,SOJ,SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka złocista 49g (SOJ, MLE, SEL) Plaster twarogu 60 g (MLE) Szczypiorek 3 g Burak gotowana kostka z serem Feta i prażonym sonecznikiem 35g/5g/3g (MLE,GOR) Mix sałat 20 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Plaster twarogu 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25g/1 szt Buraczki gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml	Chleb Graham 40g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU,SOJ, MLE, SEL, GOR) Plaster twarogu 60 g (MLE) Szczypiorek 3 g Burak gotowana kostka z serem Feta i prażonym sonecznikiem 35g/5g/3g (MLE, GOR) Mix sałat 20 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml	Chleb Graham 80g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Plaster twarogu 60 Gv(MLE) Szczypiorek 3 g Burak gotowana kostka z serem Feta i prażonym sonecznikiem 35g/5g/3g (MLE, GOR) Mix sałat 20 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Pasta z brokula 20 g	
	II Kolacja	Galaretka drobiowa z warzywami 100g (SEL) Wafel ryżowy 1 szt /10 g	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 100g Sałata masłowa 8 g Pomidor ćw. b/s 50 g Herbata zielona b/c 150 ml	Galaretka drobiowa z warzywami 100g (SEL) Wafel ryżowy 1 szt /10 g	Chleb Graham 40g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Masło 10g (MLE) Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Galaretka drobiowa z warzywami 100g Sałata masłowa 8 g Pomidor ćw. b/s 50 g Herbata zielona b/c 150 ml		
Wartości odżywcze	Kcal: 2314.39 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz ogółem: 92.82 g; Węglowodany ogółem: 265.94 g; Kw. tł. nasycone: 34.05 g; Sól: 5.37 g; Sód: 1407.25 mg; Błonnik: 35.29 g; W tym cukry: 38.27 g	Kcal: 2311.37 kcal; Białko ogółem: 120.75 g; Tłuszcz ogółem: 90.10 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; Kw. tł. nasycone: 33.10 g; Sól: 5.19 g; Sód: 810.24 mg; Błonnik: 24.90 g; W tym cukry: 26.01 g;	Kcal: 2888.96 kcal; Białko ogółem: 140.28 g; Tłuszcz ogółem: 124.63 g; Węglowodany ogółem: 318.01 g; Kw. tł. nasycone: 47.37 g; Sól: 7.31 g; Sód: 1134.22 mg; Błonnik: 29.03 g; W tym cukry: 28.73 g;	Kcal: 1475.97 kcal; Białko ogółem: 101.40 g; Tłuszcz ogółem: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 201.51 g; Kw. tł. nasycone: 13.16 g; Sól: 4.93 g; Sód: 986.40 mg; Błonnik: 31.14 g; W tym cukry: 31.29 g;	Kcal: 2735.12 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz ogółem: 120.92 g; Węglowodany ogółem: 288.29 g; Kw. tł. nasycone: 47.87 g; Sól: 8.78 g; Sód: 1492.13 mg; Błonnik: 38.42 g; W tym cukry: 40.13 g;	Kcal: 595.84 kcal; Białko ogółem: 36.21 g; Tłuszcz ogółem: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 51.53 g; Kw. tł. nasycone: 17.02 g; Sól: 3.62 g; Sód: 827.62 mg; Błonnik: 3.58 g; W tym cukry: 19.47 g;	

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór
I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, MLE) Masło 20g (MLE) Szynka złociста 40g (SOJ, MLE, SEL) Serek homogenizowany naturalny 150 g / 1 sztV(MLE) Mus jabłkowy 20 g Papryka świeża, paseczki 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/ 3g (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Połędwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Mus jabłkowy 20 g Sałata masłowa 16g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Papryka świeża, paseczki 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Połędwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Papryka świeża, paseczki 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 17 g / 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Rzodkiewka, plasterki 20 g Pomidorki koktajlowe 20 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 150 ml
	II Śniadanie		Panna cotta z musem truskawkowym b/c (MLE)		Panna cotta z musem truskawkowym b/c (MLE)	
Obiad	Krem ziemniaczany z zieleniną podany z grzankami czosnkowymi i ziel 250ml/14g (MLE, SEL, GLU) Leczo z cukinii i warzyw z pieczarkami 100g (GLU, SEL) Ryż jaśminowy czarny z pietruszką gotowany 200 g Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Kompot jabłkowy z cukrem 200 ml /3 g	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (GLU, MLE, SEL) Pulpet dr. gotowany na rosole 100g (GLU, JAJ) Sos potrawkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieloną pietruszką 200 g Dymia gotowana 150 g Kompot jabłkowy z cukrem 200 ml / 3g		Krem ziemniaczany z zieleniną podany z grzankami czosnkowymi i ziel 250ml/14g (MLE, SEL, GLU) Pulpet dr. gotowany na rosole 100g (GLU, JAJ) Ryż jaśminowy czarny z pietruszką gotowany 100 g Dymia gotowana 150 g Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Kompot jabłkowy b/c 200 ml	Krem ziemniaczany z zieleniną podany z grzankami czosnkowymi i ziel 250ml/14g (MLE, SEL, GLU) Pulpet dr. gotowany na rosole 100g (GLU, JAJ) Ryż jaśminowy czarny z pietruszką gotowany 200 g Dymia gotowana 150 g Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Kompot jabłkowy b/c 200 ml	
	Podw.	Kaszka manna gotowana na mleku z musem truskawkowym i cukrem 150g (GLU, MLE)		Kaszka manna gotowana na mleku z musem truskawkowym b/c 100g (GLU, MLE)		
I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, MLE) Masło 20g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, SOJ, MLE, JAJ, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 100 g (GLU, JAJ, MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Rzodkiewka czerwona plasterki 60 g Herbata owocowa – malinowa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem naturalnym 100 g (GLU, JAJ, MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata owocowa – malinowa b/c 250 ml		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 60 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor plasterki b/s 60 g Rzodkiewka czerwona plasterki 60 g Herbata owocowa – malinowa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałatka makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 80 g (GLU, JAJ, MLE) Pomidor plasterki b/s 60 g Rzodkiewka czerwona plasterki 60 g Herbata owocowa – malinowa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Deliser 1 szt / 17 g (MLE) Ser biały plaster z koperkiem 20 g /1 g (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraczka 10 g
	II Kolacja	Panna cotta z musem truskawkowym 100g/20g (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1szt/10g Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ) Jajko gotowane z koperkiem 1 szt/50 g /1 g (JAJ) Pomidorki koktajlowe 60 g Jabłko gotowane 1 szt /140 g Herbata ziołowa – rumiankowa b/c 150 ml	Mandarynka 1 szt / 65 g	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ) Jajko gotowane ze szczypiorkiem 1 szt/50 g /1 g (JAJ) Pomidorki koktajlowe 60 g Jabłko gotowane 1 szt / 140 g Herbata ziołowa – rumiankowa b/c 150 ml	
Wartości odżywcze	Kcal: 2596.16 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz ogółem: 93.82 g; Węglowodany ogółem: 367.82 g; Kw. tł. nasycone: 47.02 g; Sól: 3.93 g; Sód: 1071.88 mg; Błonnik: 36.94 g; W tym cukry: 76.81 g;	Kcal: 2418.42 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz ogółem: 87.88 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; Kw. tł. nasycone: 44.54 g; Sól: 5.02 g; Sód: 1111.74 mg; Błonnik: 21.42 g; W tym cukry: 49.89 g;	Kcal: 2780.18 kcal; Białko ogółem: 109.31 g; Tłuszcz ogółem: 100.94 g; Węglowodany ogółem: 370.66 g; Kw. tł. nasycone: 54.04 g; Sól: 6.01 g; Sód: 1277.84 mg; Błonnik: 27.27 g; W tym cukry: 66.58 g;	Kcal: 1588.62 kcal; Białko ogółem: 71.22 g; Tłuszcz ogółem: 52.74 g; Węglowodany ogółem: 221.70 g; Kw. tł. nasycone: 18.76 g; Sól: 3.16 g; Sód: 740.24 mg; Błonnik: 28.60 g; W tym cukry: 49.56 g;	Kcal: 2796.40 kcal; Białko ogółem: 111.49 g; Tłuszcz ogółem: 106.59 g; Węglowodany ogółem: 361.43 g; Kw. tł. nasycone: 54.51 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1419.85 mg; Błonnik: 42.78 g; W tym cukry: 73.68 g;	Kcal: 533.65 kcal; Białko ogółem: 33.60 g; Tłuszcz ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 60.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 3.09 g; Sód: 576.58 mg; Błonnik: 3.99 g; W tym cukry: 20.06 g;

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/5/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Czwartek 09.04.2026 r.	Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt / 200g (MLE) Rukola 20 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Miód 25 g / 1 szt Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt / 200g (MLE) Rukola 20 g Miód 25 g / 1 szt Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt / 200 g (MLE) Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Rukola 20 g Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt / 200 g (MLE) Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Rukola 20 g Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy naturalny 1 szt/17 g (MLE) Ser mozzarella 20 g (MLE) Papryka świeża, paseczki 20 g Sałata masłowa 8 g	
	II Śniadanie		Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1szt/10g Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt/150g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt 140 g Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt/150g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt 140 g Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (MLE, SEL) Schabowy panierowany, pieczony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane puree z koperkiem 200 g (MLE) Surówka koperkowa z białej kapusty z oliwą 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml	Pejzanka z zieleniną 250ml (GLU, MLE, SEL) Roladka wp. wołowa mielona, faszerowana marchewką na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z zieloną pietruszką 200 g Cukinia gotowana got 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml	Pejzanka z zieleniną 250ml (GLU, MLE, SEL) Roladka wp. wołowa mielona, faszerowana marchewką na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieloną pietruszką 100 g Cukinia gotowana got 150 g Surówka koperkowa z białej kapusty z oliwą 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml	Pejzanka z zieleniną 250ml (GLU, MLE, SEL) Roladka wp. wołowa mielona, faszerowana marchewką na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieloną pietruszką 200 g Cukinia gotowana got 150 g Surówka koperkowa z białej kapusty z oliwą 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml		
	PoWi.	Jabłko ćw. gotowane w sosie waniliowym 140g/120ml (MLE) Biszkopty 40g (GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEZ, SOJ)		Jabłko ćw. gotowane w sosie waniliowym b/c 100g/80ml (MLE)			
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowem 40g (GLU) Jogurt naturalny z truskawkami 1 szt / 100 g (MLE) Mus wiśniowy 20 g Pomidor plasterki b/s z cebulka 60g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny z truskawkami 1 szt / 100 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Papryka świeża plasterki 60 g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Połędwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100 g / 1 szt (MLE) Papryka świeża plasterki 60 g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 1 szt/17 g (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Ogórek świeży plasterki b/s 20 g Pomidorki koktajlowe 20 g Herbata owocowa- malinowa b/c 150 ml	
	II Kolacja	Sok buraczek z jabłkiem 1 szt / 300 ml	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri 1 szt/17 g (MLE) Kostki buraczka gotowanego 30 g Pasta z brokuła z pestkami dyni 30 g/ 1 g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)	Sok buraczek z jabłkiem 1 szt / 300 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri 1 szt/17 g (MLE) Kostki buraczka gotowanego 30 g Pasta z brokuła z pestkami dyni 30 g/ 1 g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)		
Wartości odżywcze	Kcal: 2405.26 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz ogółem: 110.68 g; Węglowodany ogółem: 236.95 g; Kw. tł. nasycone: 37.36 g; Sól: 7.16 g; Sód: 1750.42 mg; Błonnik: 22.75 g; W tym cukry: 48.73 g;	Kcal: 2339.26 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz ogółem: 103.52 g; Węglowodany ogółem: 251.87 g; Kw. tł. nasycone: 37.34 g; Sól: 5.63 g; Sód: 1301.79 mg; Błonnik: 17.19 g; W tym cukry: 37.46 g;	Kcal: 3416.61 kcal; Białko ogółem: 144.97 g; Tłuszcz ogółem: 159.60 g; Węglowodany ogółem: 339.60 g; Kw. tł. nasycone: 69.34 g; Sól: 8.79 g; Sód: 1704.70 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 73.82 g;	Kcal: 1475.84 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 161.25 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1449.15 mg; Błonnik: 20.57 g; W tym cukry: 48.21 g;	Kcal: 3074.99 kcal; Białko ogółem: 143.22 g; Tłuszcz ogółem: 148.17 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; Kw. tł. nasycone: 62.68 g; Sól: 10.04 g; Sód: 2261.89 mg; Błonnik: 39.50 g; W tym cukry: 87.72 g;	Kcal: 563.28 kcal; Białko ogółem: 37.17 g; Tłuszcz ogółem: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 61.41 g; Kw. tł. nasycone: 14.53 g; Sól: 3.48 g; Sód: 568.89 mg; Błonnik: 4.04 g; W tym cukry: 20.62 g;	

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Piątek 10.04.2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka zociasta 20g (SOJ, MLE,SEL) Pasta z makreli i twarogu b/s 60 g (MLE, RYB) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Rzodkiewka czerwona plasterki 60 g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta rybna z Morszczuka z jarzynami gotowanymi 60 g (RYB,SEL) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Buraczki gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta rybna z Morszczuka z jarzynami gotowanymi 60 g (RYB) Rzodkiewka czerwona plasterki 60 g Buraczki gotowana kostka 60 g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z makreli i twarogu z tartym kiszonym ogórkiem b/s 60 g (RYB, MLE) Rzodkiewka czerwona plasterki 60 g Buraczki gotowana kostka 60 g Herbata ziołowa- melisa b/c250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Deliser 17g/1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam ” 20 g (MLE) Rukola 20g Miód 25 g / 1 szt	
	II Śniadanie		Pierogi z jabłkiem z sosem jogurtowo-cynamonowym 125 g / 5 sztuk/ 20 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata zielona b/c 200 ml		Pierogi z jabłkiem 125 g / 5 sztuk (GLU, JAJ, MLE) Herbata zielona b/c 200 ml / 20 g		
	Obiad	Żurek z ziemniakami, jajkiem i zieleciną 250ml/30g/0,5szt (GLU, MLE, JAJ, SEL) Morszczuk smażony w panierce 100g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane, puree z zieleciną 200 g (MLE) Bukiet jarzyn na parze 150 g Surówka żydowska z oliwą 150 g Kompot truskawkowy z cukrem 200 ml /3g	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i ziel, zabieleną 250ml (MLE, SEL) Ryba, Dorszfilet z ziołami na parze 100g (RYB) Sos kremowy z cukinią 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane, puree z zieleciną 200 g (MLE) Bukiet jarzyn na parze 150 g Kompot truskawkowy z cukrem 200 ml /3 g	Żurek z ziemniakami, jajkiem i zieleciną 250ml/30g/0,5szt (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba, Dorsz filet z ziołami na parze 100g (RYB) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Surówka żydowska z oliwą 150 g Bukiet jarzyn na parze 150 g Kompot truskawkowy b/c 200 ml	Żurek z ziemniakami, jajkiem i zieleciną 250ml/30g/0,5szt (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba, Dorsz filet z ziołami na parze 100g (RYB) Sos kremowy z cukinią 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Surówka żydowska z oliwą 150 g Bukiet jarzyn na parze 150 g Kompot truskawkowy b/c 200 ml		
	Podw.	Jogurt naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Biszkopty b/d/c 10 g / 4szt (GLU, SOJ, JAJ, MLE, ORZ, SEZ)		Jogurt naturalny 1 szt / 150 g (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Biszkopty b/d/c 20 g / 8szt (GLU, SOJ, JAJ, MLE, ORZ, SEZ)		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 40 g (MLE) Ciecierzycza po bretońsku duszona 100 g (GLU, SOJ) Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Sałata lodowa z warzywami i oliwą 60 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami 100 g Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami 60 g Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Sałata lodowa z warzywami i oliwą 100 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami 60 g Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Sałata lodowa z warzywami i oliwą 100 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek kanapkowy naturalny 1 szt / 17 g (MLE) Pomidor plasterki b/s 20 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 150 ml	
	II Kolacja	Serek Bieluch naturalny 1 szt/ 150 g (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu z koperkiem 40g (MLE) Sałata 8 g Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata owocowa - wiśniowa b/c 150 ml	Serek Bieluch naturalny 1 szt/ 150 g (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu z koperkiem 40g (MLE) Sałata 8 g Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata owocowa - wiśniowa b/c 150 ml		
	Wartości odżywcze	Kcal: 2467.89 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz ogółem: 117.25 g; Węglowodany ogółem: 238.78 g; Kw. tł. nasycone: 48.17 g; Sól: 5.57 g; Sód: 1966.17 mg; Błonnik: 26.30 g; W tym cukry: 47.70 g;	Kcal: 2328.15 kcal; Białko ogółem: 109.38 g; Tłuszcz ogółem: 107.94 g; Węglowodany ogółem: 239.93 g; Kw. tł. nasycone: 49.10 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1121.38 mg; Błonnik: 22.62 g; W tym cukry: 42.39 g	Kcal: 2613.54 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz ogółem: 108.13 g; Węglowodany ogółem: 306.70 g; Kw. tł. nasycone: 45.94 g; Sól: 5.24 g; Sód: 1303.22 mg; Błonnik: 27.64 g; W tym cukry: 49.13 g;	Kcal: 1512.74 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz ogółem: 65.43 g; Węglowodany ogółem: 151.77 g; Kw. tł. nasycone: 27.98 g; Sól: 3.50 g; Sód: 946.93 mg; Błonnik: 25.75 g; W tym cukry: 40.60 g;	Kcal: 2567.20 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz ogółem: 113.00 g; Węglowodany ogółem: 279.59 g; Kw. tł. nasycone: 45.01 g; Sól: 5.79 g; Sód: 1520.18 mg; Błonnik: 40.44 g; W tym cukry: 48.99 g;	Kcal: 600.48 kcal; Białko ogółem: 27.01 g; Tłuszcz ogółem: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 70.86 g; Kw. tł. nasycone: 14.22 g; Sól: 2.81 g; Sód: 632.03 mg; Błonnik: 3.39 g; W tym cukry: 19.27 g;

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Sobota 11.04.2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 40g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka Grahamka 1szt (GLU) Masło 20g (MLE) Schab benedyktyński 40g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Majonez 5 g (JAJ, GOR) Szcypiorek 1 g Cykoria 20 g Jabłko 1 szt / 140 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Bułka Kajzerka 1szt (GLU, SOJ, MLE) Masło 20g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Koperek 1 g Cykoria 20 g Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Bułka Grahamka 1szt (GLU) Rama z Omega 3 1szt/10g Schab benedyktyński 20g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Szcypiorek 1 g Cykoria 20 g Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Bułka Grahamka 1szt (GLU) Masło 20g (MLE) Schab benedyktyński 40g (SOJ) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Majonez 5 g (GOR, JAJ) Szcypiorek 1 g Cykoria 20 g Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pasta z brokuła z pestkami słonecznika 20 g Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Herbata ziołowa – melisa b/c 150 ml	
	II Śniadanie		Chleb pszenny 40g(GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1sz/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ,MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Szpinak baby 20 g Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Herbata owocowa – żurawinowa b/c 150 ml		Chleb graham 40g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Szpinak baby 20 g Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Herbata owocowa – żurawinowa b/c 150 ml		
	Obiad	Kalafiorkowa z czerwonym ryżem i zielenią 250ml/30g (MLE, SEL) Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią180g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Surówka delikatna 150 g Szcypiak gotowany 150 g Woda z miętą 200 ml	Kalafiorkowa z czerwonym ryżem i zielenią 250ml/30g (MLE, SEL) Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią 180g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szcypiak gotowany 150 g Buraczki gotowane w kostce 150 g Woda z miętą 200 ml	Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią 100g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 100 g Szcypiak gotowany 150 g Surówka delikatna 150 g Woda z miętą 200 ml	Gulasz drobiowy z marchewką i cukinią 180g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Szcypiak gotowany 150 g Surówka delikatna 150 g Woda z miętą 200 ml		
	Popoł.	Actimel klasyczny 100 g/1szt (MLE) Sucharki 20 g / 2 szt (GLU, SOJ, MLE) Mus jabłkowy 20 g		Actimel klasyczny 100 g/1szt (MLE) Sucharki 10 g / 1 szt (GLU, SOJ, MLE)	Actimel klasyczny 100 g/1szt (MLE) Sucharki 20 g / 2 szt (GLU, SOJ, MLE) Mus jabłkowy b/d/c 20 g		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Galaretką z Morszczuka z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Papryka świeża, paseczki 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/ 3g (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Galaretką z Morszczuka z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Roszponka 20 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/ 3g (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Masło 10g (MLE) Galaretką z Morszczuka z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Roszponka 20 g Papryka świeża, paseczki 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Masło 20g (MLE) Galaretką z Morszczuka z warzywami 100 g (RYB) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Roszponka 20 g Papryka świeża, paseczki 60 g Kakao gotowane na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri 17 g / 1 szt (MLE) Ogórek kiszony plasterki b/s 20 g Sałata 8 g Miód 25 g / 1 szt Herbata owocowa- wiśniowa b/c 150 ml	
	II Kolacja	Jogurt naturalny 1 szt / 150 g (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Actimel klasyczny 1 szt / 100 g (MLE) Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 60 g Herbata ziołowa- mięta b/c 150 ml	Jogurt naturalny 1 szt / 150 g (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU,JAJ,SOJ,MLE,ORZ,SEZ) Masło 10g (MLE) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Actimel klasyczny 1 szt / 100 g (MLE) Rukola 10 g Pomidorki koktajlowe 60 g Herbata ziołowa- mięta b/c 150 ml		
	Wartości odżywcze	Kcal: 2435.19 kcal; Białko ogółem: 115.85 g; Tłuszcz ogółem: 78.61 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; Kw. tł. nasycone: 35.81 g; Sól: 5.87 g; Sód: 1582.45 mg; Błonnik: 35.44 g; W tym cukry: 76.61 g;	Kcal: 2483.79 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz ogółem: 82.29 g; Węglowodany ogółem: 324.15 g; Kw. tł. nasycone: 36.49 g; Sól: 4.06 g; Sód: 991.22 mg; Błonnik: 26.95 g; W tym cukry: 71.94 g;	Kcal: 3140.15 kcal; Białko ogółem: 139.79 g; Tłuszcz ogółem: 108.03 g; Węglowodany ogółem: 405.69 g; Kw. tł. nasycone: 51.29 g; Sól: 5.93 g; Sód: 1317.72 mg; Błonnik: 33.94 g; W tym cukry: 91.56 g;	Kcal: 1567.32 kcal; Białko ogółem: 92.32 g; Tłuszcz ogółem: 40.98 g; Węglowodany ogółem: 212.14 g; Kw. tł. nasycone: 17.07 g; Sól: 3.86 g; Sód: 1222.31 mg; Błonnik: 26.47 g; W tym cukry: 43.51 g;	Kcal: 3129.27 kcal; Białko ogółem: 141.83 g; Tłuszcz ogółem: 115.44 g; Węglowodany ogółem: 389.24 g; Kw. tł. nasycone: 51.58 g; Sól: 6.82 g; Sód: 1695.14 mg; Błonnik: 43.25 g; W tym cukry: 66.69 g;	Kcal: 801.69 kcal; Białko ogółem: 46.83 g; Tłuszcz ogółem: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 78.27 g; Kw. tł. nasycone: 22.83 g; Sól: 3.44 g; Sód: 601.40 mg; Błonnik: 3.72 g; W tym cukry: 19.25 g;

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	Łatwostrawna P02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WWW/WBT	Dodatkowy wybór
I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowem 40g (GLU) Jogurt naturalny z truskawką 1 szt / 100 g (MLE) Mus jabłkowy 20 g Pomidor plasterki b/s ze szczypiorkiem 60g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny z truskawką 1 szt / 100 g (MLE) Mus jabłkowy 20 g Pomidor plasterki b/s 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1 szt / 10g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Papryka świeża plasterki 60 g Pomidor plasterki b/s ze szczypiorkiem 60g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100 g / 1 szt (MLE) Papryka świeża plasterki 60 g Pomidor plasterki b/s ze szczypiorkiem 60g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 17 g / 1 szt (MLE) Ser biały plaster 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa – wiśniowa b/c 150 ml
	II Śniadanie		Kefir naturalny 200 g / 1 szt (MLE) Banana z/s 120 g / 1 szt		Kefir naturalny 200 g / 1 szt (MLE) Banana z/s 120 g / 1 szt Czekolada gorzka b/c 10 g	
Obiad	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i zieleniną 250ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska na parze 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Kasza kus-kus z warzywami , gotowana 200 g (GLU, SEL) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą z oliwą 150 g Dyńa gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml/3g	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i zieleniną 250ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska na parze 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Kasza kus-kus z warzywami , gotowana 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany 150 g Dyńa gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml/3g		Ziemniaczana z zielonym groszkiem i zieleniną 250ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska na parze 100g (GLU, JAJ) Kasza kus-kus z warzywami , gotowana 100 g (GLU, SEL) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą z oliwą 150 g Dyńa gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i zieleniną 250ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska na parze 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Kasza kus-kus z warzywami , gotowana 200 g (GLU, SEL) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej z ogórkiem i kukurydzą z oliwą 150 g Dyńa gotowana 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	
	Proch.	Sok jabłko-marchew, tłoczony 200 ml / 1 szt Krucze ciasteczka zbożowe b/d/c (GLU)		Sok jabłko-marchew, tłoczony 200 ml / 1 szt	Sok jabłko-marchew, tłoczony 200 ml / 1 szt Krucze ciasteczka zbożowe b/d/c (GLU)	
I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SEOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, JAJ, MLE, SOJ, SEL, GOR) Serek Wiejski ze szczypiorkiem 1 szt / 200 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Buraczki, gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa - mięta b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Wiejski 1 szt / 200 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Buraczki, gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa - mięta b/c 250 ml		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1 szt / 10g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Wiejski ze szczypiorkiem 1 szt / 200 g (MLE) Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Buraczki, gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa - mięta b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Wiejski ze szczypiorkiem 1 szt / 200 g (MLE) Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Buraczki, gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa - mięta b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Rzodkiewka , plasterki 20 g Cykoria 20 g Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt
	II Kolacja	Baton twarogowy 40 g / 1 szt (MLE)	Banana z/s 120 g / 1 szt	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Mus truskawkowy 20 g Mix sałat 20 g Herbata owocowa – żurawinowa b/c 150 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Mus truskawkowy 20 g Mix sałat 20 g Herbata owocowa – żurawinowa b/c 150 ml	
Wartości odżywcze	Kcal: 2572.29 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz ogółem: 109.38 g; Węglowodany ogółem: 310.32 g; Kw. tł. nasycone: 41.45 g; Sol: 6.21 g; Sód: 1329.51 mg; Błonnik: 29.30 g; W tym cukry: 40.65 g;	Kcal: 2467.52 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz ogółem: 90.14 g; Węglowodany ogółem: 340.97 g; Kw. tł. nasycone: 38.61 g; Sol: 5.44 g; Sód: 1209.25 mg; Błonnik: 27.64 g; W tym cukry: 70.20 g;	Kcal: 2940.05 kcal; Białko ogółem: 116.16 g; Tłuszcz ogółem: 115.82 g; Węglowodany ogółem: 376.72 g; Kw. tł. nasycone: 54.66 g; Sol: 6.69 g; Sód: 1367.31 mg; Błonnik: 29.42 g; W tym cukry: 78.02 g	Kcal: 1449.28 kcal; Białko ogółem: 68.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 192.18 g; Kw. tł. nasycone: 16.95 g; Sol: 3.78 g; Sód: 994.67 mg; Błonnik: 23.68 g; W tym cukry: 34.82 g;	Kcal: 2957.70 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz ogółem: 127.35 g; Węglowodany ogółem: 354.96 g; Kw. tł. nasycone: 56.85 g; Sol: 6.95 g; Sód: 1534.64 mg; Błonnik: 37.01 g; W tym cukry: 76.92 g;	Kcal: 493.53 kcal; Białko ogółem: 28.95 g; Tłuszcz ogółem: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 69.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.86 g; Sol: 2.51 g; Sód: 473.30 mg; Błonnik: 4.16 g; W tym cukry: 20.62 g;

	Podstawowa P01	łatwostrawna P02	łatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkiwy wybór
Poniedziałek 13.04.2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 40g (GLU, SOJ, SEZ) Rogal maślany 1szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20g (MLE) Szynka na parze 40g (GLU) Ser podpuszczkowy „Tyłzycki” 40g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Salata masłowa 16 g Herbata czarna z cytryną i cukrem 250ml/5g/3g	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rogal maślany 1szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Pasta marchewkowa z czarnuszką 60 g Herbata czarna z cytryną i cukrem 250ml/5g/3g	Rogal maślany 1szt (GLU, JAJ, MLE) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pasta marchewkowa z czarnuszką 60 g Salata masłowa 8 g Herbata czarna z cytryną b/c 250ml/5g	Rogal maślany 1szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser podpuszczkowy „Tyłzycki” 40g (MLE) Pasta marchewkowa z czarnuszką 60 g Salata masłowa 8 g Herbata czarna z cytryną b/c 250ml/5g	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga17 g / 1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 20 g Miód pszczeli 1 szt / 25 g
		Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą 150 ml / 20 g (MLE)	Zupa mleczna z kaszką kukurydzianą 150 ml / 20 g (MLE)			
	II Śniadanie		Chleb chrupki 30g (GLU, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata ziołowa – melisa b/c 150 ml		Chleb chrupki 30g (GLU, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata ziołowa – melisa b/c 150 ml	
	Obiad	Porowa przecierana z laną kluską i zieleciną 250ml/30g (GLU, MLE, SEL) Kotlet jajeczny pieczony 100g (GLU, JAJ) Sos pieczarkowy 60ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane, puree z zieleoną pietruszką 200 g (MLE) Marchewka z groszkiem z bułeczką 150 g (GLU) Woda z miętą i cytryną 200 ml	Dyniowy krem z kurkumą i z makaronem żytnim z zieleciną 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitka z indyka gotowana na wywarze jarzynowym 100g Sos majerankowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleoną pietruszką 200 g Kalafor gotowany 150 g Woda z miętą i cytryną 200 ml	Bitka z indyka gotowana na wywarze jarzynowym 100g Marchewka z groszkiem z bułeczką 150 g (GLU) Surówka wielowarzywna z oliwą i pestkami słonecznika 150 g Woda z miętą i cytryną 200 ml	Porowa przecierana z laną kluską i zieleciną 250ml/30g (GLU, MLE, SEL) Bitka z indyka gotowana na wywarze jarzynowym 100g Sos majerankowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleoną pietruszką 200 g Marchewka z groszkiem z bułeczką 150 g (GLU) Surówka wielowarzywna z oliwą i pestkami słonecznika 150 g Woda z miętą i cytryną 200 ml	
	Podw.	Drożdżówka z budyniem 1 szt / 60 g (GLU, JAJ, MLE) Mleko z cynamonem 150 ml / 1 g (MLE)		Wafel ryżowy 1 szt / 10 g Mleko z cynamonem 150 ml / 1 g (MLE)		
	I kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 100g Ser mozzarella 30 g (MLE) Miód pszczeli 1 szt / 25 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 100g Ser mozzarella 30 g (MLE) Miód pszczeli 1 szt / 25 g Pomidorki koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Galaretk drobiowa z warzywami 100 g Ser mozzarella 30 g (MLE) Ogórek kiszony cw. 60 g Pomidorki koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Galaretk drobiowa z warzywami 100g Ser mozzarella 30 g (MLE) Ogórek kiszony cw. 60 g Pomidorki koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek Deliser 17 g / 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda ” 20 g (MLE) Rzodkiewka, plasterki 20 g Rukola 20 g Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt
II kolacja	Budyń śmietankowy gotowany na mleku z musem jabłkowo-cynamonowym 200ml/20g (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Plaster białego sera z kleksem jogurtu naturalnego, posypyany pestkami dyni 40 g / 5 g / 2 g (MLE) Cykorja 20 g Herbata zielona b/c 150 ml	Jabtko 1 szt 140 g	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Plaster białego sera z kleksem jogurtu naturalnego, posypyany pestkami dyni 40 g / 5 g / 2 g (MLE) Cykorja 20 g Herbata zielona b/c 150 ml		
Wartości odżywcze	Kcal: 2626.66 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; Kw. tł. nasycone: 44.78 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2067.37 mg; Błonnik: 26.26 g; W tym cukry: 79.96 g;	Kcal: 2592.07 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz ogółem: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; Kw. tł. nasycone: 41.84 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1227.82 mg; Błonnik: 19.81 g; W tym cukry: 72.27 g;	Kcal: 3010.22 kcal; Białko ogółem: 142.25 g; Tłuszcz ogółem: 105.25 g; Węglowodany ogółem: 390.13 g; Kw. tł. nasycone: 51.41 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1438.92 mg; Błonnik: 23.48 g; W tym cukry: 56.87 g	Kcal: 1554.18 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 168.21 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1072.06 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 44.48 g;	Kcal: 2541.97 kcal; Białko ogółem: 135.40 g; Tłuszcz ogółem: 117.16 g; Węglowodany ogółem: 248.96 g; Kw. tł. nasycone: 50.46 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1782.55 mg; Błonnik: 27.05 g; W tym cukry: 43.16 g;	Kcal: 587.26 kcal; Białko ogółem: 30.03 g; Tłuszcz ogółem: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 88.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.06 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 4.00 g; W tym cukry: 19.30 g

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	Łatwostrawna P02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór
Wtorek 14.04.2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SEL, GOR) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml / 3 g (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Pomidorki koktajlowe 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynak delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Pomidorki koktajlowe 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Ogórek świeży plasterki b/s 60 g Pomidorki koktajlowe 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek kremowy 1 szt / 17 g (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Mix sałat 20 g Herbata owocowa – truskawkowa b/c 150 ml
	II Śniadanie		Galaretka b/c o smaku cytrynowym z brzoskwinia polana słodką śmietanką podana z biszkoitem 200g/20g (MLE, GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEZ)		Galaretka b/c o smaku cytrynowym z brzoskwinia polana słodką śmietanką podana z biszkoitem 200g/20g (MLE, GLU, JAJ, SOJ, ORZ, SEZ)	
	Obiad	Solferino z zieleniną i ziemniakami 250ml/30g (GLU, MLE, SEL) Karkówka- bitka duszona 100g (GLU) Sos pieczeniowy z cebulką 60ml (GLU) Makaron gotowany z koperkiem 200 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z marchewką i oliwą 150 g Kompot jabłkowy z cukrem 200 ml /3g	Barszcz czerwony z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (MLE, SEL) Roladka wp faszerowana warzywami na parze 100g (GLU, JAJ) Sos dyniowy 60 ml (GLU) Makaron gotowany z koperkiem 200 g (GLU) Groszek gotowany 150 g Kompot jabłkowy z cukrem 200 ml /3g	Solferino z zieleniną 250ml (GLU, MLE, SEL) Roladka wp faszerowana warzywami na parze 100g (GLU, JAJ) Makaron gotowany z koperkiem 100 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z tarta marchewką i oliwą 150 g Groszek gotowany 150 g Kompot jabłkowy b/c 200 ml	Solferino z zieleniną i ziemniakami 250ml/30g (GLU, MLE, SEL) Roladka wp faszerowana warzywami na parze 100g (GLU, JAJ) Sos dyniowy 60 ml (GLU) Makaron gotowany z koperkiem 200 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z marchewką i oliwą 150 g Groszek gotowany 150 g Kompot jabłkowy b/c 200 ml	
	Podw.	Budyń o smaku śmietankowym gotowany na mleku z musem truskawkowym 200ml/20g (MLE)		Budyń o smaku śmietankowym gotowany na mleku z musem truskawkowym b/c 150 g/20 g (MLE)	Budyń o smaku śmietankowym gotowany na mleku z musem truskawkowym b/c 200ml/20g (MLE)	
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowem 40g (GLU) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (GLU) Mus truskawkowy 20 g Pomidor plasterki b/s ze szczypiorkiem 60g/1g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Mus truskawkowy 20 g Szpinak Baby 20 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 250 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Papryka świeża plasterki 60 g Pomidor plasterki b/s ze szczypiorkiem 60g/1g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100 g/ 1 szt (MLE) Papryka świeża plasterki 60 g Pomidor plasterki b/s ze szczypiorkiem 60g/1g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 17 g/ 1 szt (MLE) Ser biały pasta z koperkiem 20 g (MLE) Rukola 20 g Mus jabłkowy 20 g Herbata ziołowa- rumiankowa b/c 250 ml
	II Kolacja	Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE)		Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jajeczna z koperkiem 100 g (JAJ) Buraczki gotowane w kostce 40 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa – truskawkowa b/c 150 ml	Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jajeczna z koperkiem 50 g (JAJ) Buraczki gotowane w kostce 40 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa – truskawkowa b/c 150 ml	
Wartości odżywcze	Kcal: 2415.10 kcal; Białko ogółem: 106.37 g; Tłuszcz ogółem: 103.21 g; Węglowodany ogółem: 263.46 g; Kw. tł. nasycone: 50.50 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1309.89 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 77.89 g;	Kcal: 2310.92 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz ogółem: 82.19 g; Węglowodany ogółem: 293.82 g; Kw. tł. nasycone: 42.55 g; Sól: 4.86 g; Sód: 982.61 mg; Błonnik: 24.96 g; W tym cukry: 63.82 g;	Kcal: 2717.13 kcal; Białko ogółem: 126.69 g; Tłuszcz ogółem: 103.06 g; Węglowodany ogółem: 320.00 g; Kw. tł. nasycone: 49.61 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1161.07 mg; Błonnik: 27.59 g; W tym cukry: 66.95 g;	Kcal: 1551.47 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz ogółem: 53.60 g; Węglowodany ogółem: 188.60 g; Kw. tł. nasycone: 21.32 g; Sól: 3.28 g; Sód: 713.99 mg; Błonnik: 26.20 g; W tym cukry: 49.93 g	Kcal: 2715.95 kcal; Białko ogółem: 125.71 g; Tłuszcz ogółem: 106.05 g; Węglowodany ogółem: 314.22 g; Kw. tł. nasycone: 49.39 g; Sól: 7.13 g; Sód: 1624.87 mg; Błonnik: 41.95 g; W tym cukry: 75.61 g;	Kcal: 558.09 kcal; Białko ogółem: 34.17 g; Tłuszcz ogółem: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 62.08 g; Kw. tł. nasycone: 14.21 g; Sól: 2.96 g; Sód: 639.87 mg; Błonnik: 3.80 g; W tym cukry: 19.50 g;

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Środa 15.04.2026 r. DZIEŃ OWOCOWY I WARZYW	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Schab benedyktyński 40g (SOJ) Ser Framage naturalny 40g (MLE) Sałata z buraka z mozzarellą i pestkami słonecznika 100g (MLE, SEZ) Mus jabłkowy 20g Herbata owocowa- malinowa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ) Ser Framage naturalny 40g (MLE) Pasta warzywna 60g (SEL) Mus jabłkowy 20g Herbata owocowa- malinowa b/c 250 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Ser Framage naturalny 40g (MLE) Sałata z buraka z mozzarellą i pestkami słonecznika 60g (MLE, SEZ) Jabłko 1 szt / 140 g Herbata owocowa- malinowa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40g (SOJ) Ser Framage naturalny 40g (MLE) Sałata z buraka z mozzarellą i pestkami słonecznika 60g (MLE, SEZ) Jabłko 1 szt / 140 g Herbata owocowa- malinowa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli z owocami b/d/c 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Deliser 17g / 1 szt (MLE) Roszponka 20g Ogórek świeży plasterki 20g Konfitura extra truskawkowa 25g / 1 szt	
	II Śniadanie		Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Actimel klasyczny 1 szt / 100 ml (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30g Cykoria 10g Bawarka gotowana na mleku b/c 150 ml (MLE)		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Actimel klasyczny 1 szt / 100 ml (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30g Cykoria 10g Bawarka gotowana na mleku b/c 150 ml (MLE)		
	Obiad	Owocowa z makaronem żytnim 250ml/30g (GLU, JAJ) Knedle z truskawkami gotowane 250g (GLU, MLE, JAJ) Sos jogurtowy z cynamonem 60ml (MLE) Surówka z pora, marchwi, jabłka i kukurydzy z oliwą 150g Woda z cytryną 200 ml	Krem z marchwi i jarzyn podany z groszkiem ptysiowym i zieleniną 250ml/14g (MLE, SEL, GLU) Pulpet wp-wołowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem Szpinak Baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150g Woda z cytryną 200 ml	Krem z marchwi i jarzyn podany z groszkiem ptysiowym i zieleniną 250ml/14g (GLU, MLE, SEL) Pulpet wp-wołowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z koperkiem 100g Surówka z pora, marchwi, jabłka i kukurydzy z oliwą 150g Szpinak Baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150g Woda z cytryną 200 ml	Krem z marchwi i jarzyn podany z groszkiem ptysiowym i zieleniną 250ml/14g (GLU, MLE, SEL) Pulpet wp-wołowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g Surówka z pora, marchwi, jabłka i kukurydzy z oliwą 150g Szpinak Baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150g Woda z cytryną 200 ml		
	Podw.	Koktajl na maślanie z bananem i szpinakiem 200ml (MLE) Krucze owsiane ciasteczka b/c 30g / 2szt (GLU, SEZ)		Koktajl na maślanie z bananem i szpinakiem 150ml (MLE) Wafel ryżowy 1 szt / 10g	Koktajl na maślanie z bananem i szpinakiem 200ml (MLE) Wafel ryżowy 2 szt / 20g		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka gotowana 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (JAJ) Sałatka z makaronem wiosenna 100g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Konfitura extra morelowa 25g / 1 szt Rzodkiewka czerwona plasterki 60g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko gotowane 1 szt / 50g (JAJ) Konfitura extra morelowa 25g / 1 szt Jabłko gotowane 1 szt Rukola 20g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (JAJ) Jabłko gotowane 1 szt Rzodkiewka czerwona plasterki 60g Rukola 20g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 50g (JAJ) Sałatka z makaronem wiosenna 100g (GLU, JAJ) Rzodkiewka czerwona plasterki 60g Rukola 20g Herbata ziołowa- melisa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane z pestkami dyni 20g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri 17g / 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20g (MLE) Sałata masłowa 8g Papryka świeża 20g	
	II Kolacja	Zapiekanka makaronowa z twarogiem polana muszem porzeczkowym 100g/20g (GLU, MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 1 szt / 100g (MLE) Szpinak Baby 20g Mus truskawkowy 20g Herbata ziołowa – melisa b/c 150 ml	Jogurt naturalny 1 szt / 100g (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 1 szt / 100g (MLE) Szpinak Baby 20g Mus truskawkowy 20g Herbata ziołowa – melisa b/c 150 ml		
	Wartości odżywcze	Kcal: 2595.72 kcal; Białko ogółem: 74.97g; Tłuszcz ogółem: 109.32g; Węglowodany ogółem: 283.46g; Kw. tł. nasycone: 60.98g; Sól: 6.41g; Sód: 1451.96mg; Błonnik: 26.48g; W tym cukry: 62.50g;	Kcal: 2385.40 kcal; Białko ogółem: 84.07g; Tłuszcz ogółem: 96.66g; Węglowodany ogółem: 256.48g; Kw. tł. nasycone: 49.85g; Sól: 5.31g; Sód: 1234.47mg; Błonnik: 23.58g; W tym cukry: 37.36g;	Kcal: 2775.67 kcal; Białko ogółem: 98.18g; Tłuszcz ogółem: 113.66g; Węglowodany ogółem: 323.13g; Kw. tł. nasycone: 58.28g; Sól: 7.02g; Sód: 1453.63mg; Błonnik: 26.31g; W tym cukry: 41.63g;	Kcal: 1561.59 kcal; Białko ogółem: 62.00g; Tłuszcz ogółem: 66.19g; Węglowodany ogółem: 163.25g; Kw. tł. nasycone: 25.07g; Sól: 3.79g; Sód: 925.46mg; Błonnik: 23.61g; W tym cukry: 42.13g;	Kcal: 2829.95 kcal; Białko ogółem: 103.69g; Tłuszcz ogółem: 123.65g; Węglowodany ogółem: 316.24g; Kw. tł. nasycone: 56.67g; Sól: 7.98g; Sód: 1787.77mg; Błonnik: 39.84g; W tym cukry: 56.31g;	Kcal: 770.91 kcal; Białko ogółem: 51.76g; Tłuszcz ogółem: 39.79g; Węglowodany ogółem: 60.63g; Kw. tł. nasycone: 24.04g; Sól: 3.66g; Sód: 567.29mg; Błonnik: 4.10g; W tym cukry: 20.04g;

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/5/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Czwartek 16.04.2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowem 40g (GLU) Hummus domowy 60g Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Papryka świeża, plasterki 60 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Pasta j z białek jaja z masełkiem i koperkiem 60g (JAJ, MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Roszponka 20 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna z masełkiem i koperkiem 60g (JAJ, MLE) Papryka świeża, plasterki 60 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Pasta jajeczna z majonezem i szczypiorkiem 60g (JAJ, MLE) Papryka świeża, plasterki 60 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Tylżycki” 20 g (MLE) Pomidor plasterki b/s 20 g Ogórek kiszony plasterki b/s 20 g Herbata owocowa – malinowa b/c 150 ml (MLE)	
	II Śniadanie		Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Biszkopty 20 g / 5 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko pieczone 1 szt / 140 g		Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Biszkopty 20 g / 5 szt (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko pieczone 1 szt / 140 g		
	Obiad	Wielowarzywna z brukselką i zacierką z zieleciną 250ml/30g (MLE, SEL) Szynele mielony wp z kukurydzą 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki pieczone ćw. z ziołami 200g Ćw. kiszzonego ogórka 150 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml /3g	Grysikowa na rosole z tartymi jarzynami i z zieleciną 250ml (GLU, MLE, SEL) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem 100g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g Marchewka Junior gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 200 ml /3g	Grysikowa na rosole z tartymi jarzynami i z zieleciną 250ml (GLU, MLE, SEL) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem 100g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100g Marchewka Junior gotowana 150 g Ćw. kiszzonego ogórka 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	Grysikowa na rosole z tartymi jarzynami i z zieleciną 250ml (GLU, MLE, SEL) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem 100g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100g Marchewka Junior gotowana 150 g Ćw. kiszzonego ogórka 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml		
	Podw.	Kasza jaglana gotowana na mleku z mussem jabłkowym 250 g/30 g (MLE, SOJ)		Kasza jaglana gotowana na mleku z mussem jabłkowym b/c 150 g / 20 g (MLE, SOJ)	Kasza jaglana gotowana na mleku z mussem jabłkowym b/c 200 g / 30 g (MLE, SOJ)		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek świeży b/s plasterki 60 g Miód 25 g / 1 szt Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Sałata 2 liście/ 16 g Miód 25 g / 1 szt Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (MLE) Ogórek świeży b/s plasterki 60 g Sałata 2 liście/ 16 g Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek świeży b/s plasterki 60 g Sałata 2 liście/ 16 g Herbata owocowa -truskawkowa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy ziołowy 1 szt / 17 g (MLE) Rzodkiewka, plasterki 20 g Rukola 20 g Mus truskawkowy 20 g	
	II Kolacja	Jogurt naturalny z wanilią 1 szt / 100 g (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pomidor plasterki b/s z mozzarellą i oliwą 60g/10g/1g (MLE) Mleko gotowane b/c 150 ml	Kefir naturalny 1 szt / 200 g	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pomidor plasterki b/s z mozzarellą i oliwą 60g/10g/1g (MLE) Mleko gotowane b/c 150 ml		
Wartości odżywcze	Kcal: 2525,64 kcal; Białko ogółem: 104,53 g; Tłuszcz ogółem: 98,56 g; Węglowodany ogółem: 313,37 g; Kw. tł. nasycone: 39,06 g; Sól: 9,08 g; Sód: 1950,59 mg; Błonnik: 24,38 g; W tym cukry: 29,74 g;	Kcal: 2323,71 kcal; Białko ogółem: 95,42 g; Tłuszcz ogółem: 79,75 g; Węglowodany ogółem: 316,15 g; Kw. tł. nasycone: 36,89 g; Sól: 4,81 g; Sód: 852,54 mg; Błonnik: 18,97 g; W tym cukry: 24,73 g;	Kcal: 2698,75 kcal; Białko ogółem: 104,24 g; Tłuszcz ogółem: 93,88 g; Węglowodany ogółem: 357,59 g; Kw. tł. nasycone: 45,04 g; Sól: 6,04 g; Sód: 1160,28 mg; Błonnik: 24,92 g; W tym cukry: 52,42 g;	Kcal: 1442,12 kcal; Białko ogółem: 69,32 g; Tłuszcz ogółem: 45,58 g; Węglowodany ogółem: 193,26 g; Kw. tł. nasycone: 12,19 g; Sól: 5,68 g; Sód: 1625,82 mg; Błonnik: 19,36 g; W tym cukry: 28,95 g;	Kcal: 2603,09 kcal; Białko ogółem: 105,11 g; Tłuszcz ogółem: 94,98 g; Węglowodany ogółem: 328,32 g; Kw. tł. nasycone: 45,23 g; Sól: 8,92 g; Sód: 2314,36 mg; Błonnik: 35,05 g; W tym cukry: 57,86 g;	Kcal: 550,38 kcal; Białko ogółem: 29,98 g; Tłuszcz ogółem: 19,79 g; Węglowodany ogółem: 53,40 g; Kw. tł. nasycone: 15,50 g; Sól: 3,07 g; Sód: 854,94 mg; Błonnik: 4,51 g; W tym cukry: 21,35 g;	

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	ŁatwostrawnaP02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór	
Piątek 17 04 2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pasta z ryby Morszczuk z jarzynami, gotowana 80 g (RYB, SEL) Szpinak Baby 20 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Mandarynka 1 szt / 40 g Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Herbata ziołowa- mięta b/c 250 ml	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pasta z ryby Morszczuk z jarzynami, gotowana 80 g (RYB, SEL) Szpinak Baby 20 g Konfitura extra morelowa 25 g / 1 szt Jabłko gotowane 1 szt 140 g Herbata ziołowa- mięta b/c 250 ml	Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pasta z ryby Morszczuk z jarzynami, gotowana 50 g (RYB) Szpinak Baby 20 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Mandarynka 1 szt / 40 g Herbata ziołowa- mięta b/c 250 ml	Chleb graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (MLE) Pasta z ryby Morszczuk z jarzynami, gotowana 80 g (RYB) Szpinak Baby 20 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Mandarynka 1 szt / 40 g Herbata ziołowa- mięta b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Serek Kiri 17 g/1 szt (MLE) Pomidorki koktajlowe 20 g Ogórek świeży plasterki b/s 20 g	
	II Śniadanie		Wafle ryżowe 20g Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 30g/20g/1 g Herbata owocowa – malinowa b/c 150 ml		Wafle ryżowe 20g Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 30g/20g/1 g Herbata owocowa – malinowa b/c 150 ml		
	Obiad	Pieczarkowa z ryżem i zieloną 250ml/30g (SEL) Filet z Dorsza zapiekany ze szpinakiem i serem Feta 100g (RYB, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleń 200 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE) Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml	Jarzynowa z ryżem i zieloną 250ml/30g (MLE, SEL) Rolada rybna z Morszczuka faszerowana szpinakiem, na parze 100g (RYB, GLU, JAJ) Sos ziołowy 60ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleń 200 g Cukinia gotowana w kostce 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami i zieloną 250ml/30g (SEL) Rolada rybna z Morszczuka faszerowana szpinakiem, na parze 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleń 100 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE) Cukinia gotowana w kostce 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami i zieloną 250ml/30g (SEL) Rolada rybna z Morszczuka faszerowana szpinakiem, na parze 100g (RYB, GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleń 200 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE) Cukinia gotowana w kostce 150 g Woda z plasterkami pomarańczy 200 ml		
	Proch.	Serek homogenizowany naturalny z wanilią 150 g / 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		Serek homogenizowany naturalny 150 g / 1 szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150 g / 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Szynka Michałowem 40g (GLU) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Mus jabłkowy 20 g Papryka świeża, paseczki 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml / 3g (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Mus jabłkowy 20 g Mix sałat 16g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3szt/10g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Mix sałat 16g Papryka świeża, paseczki 60 g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt / 150 g (MLE) Mix sałat 16g Papryka świeża, paseczki 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek puszysty Tartare 20 g / 1 szt (SOJ) Pomidor plasterki b/s 20 g Ogórek kiszony plasterki b/s 20 g Herbata owocowa – malinowa b/c 150 ml	
	II Kolacja	Mleczko waniliowe / truskawkowe 200 ml / 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jarzynowa z jajkiem i koperkiem 60 g (JAJ) Roszponka 20 g Herbata zielona b/c 150 ml	Herbatniki bebe 1 szt (GLU, SOJ, MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta jarzynowa z jajkiem i koperkiem 60 g (JAJ) Papryka świeża, paseczki 60 g Herbata zielona b/c 150 ml		
Wartości odżywcze	Kcal: 2426.25 kcal; Białko ogółem: 96.87 g; Tłuszcz ogółem: 110.60 g; Węglowodany ogółem: 271.81 g; Kw. tł. nasycone: 53.10 g; Sól: 6.68 g; Sód: 1548.16 mg; Błonnik: 25.83 g; W tym cukry: 77.16 g;	Kcal: 2410.74 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz ogółem: 101.38 g; Węglowodany ogółem: 281.40 g; Kw. tł. nasycone: 50.55 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1132.74 mg; Błonnik: 20.55 g; W tym cukry: 60.34 g;	Kcal: 2789.45 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz ogółem: 135.05 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; Kw. tł. nasycone: 61.21 g; Sól: 5.83 g; Sód: 1234.77 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 46.29 g;	Kcal: 1428.79 kcal; Białko ogółem: 85.03 g; Tłuszcz ogółem: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 159.89 g; Kw. tł. nasycone: 25.78 g; Sól: 3.22 g; Sód: 794.56 mg; Błonnik: 22.09 g; W tym cukry: 48.55 g;	Kcal: 2864.56 kcal; Białko ogółem: 127.60 g; Tłuszcz ogółem: 139.21 g; Węglowodany ogółem: 294.63 g; Kw. tł. nasycone: 62.67 g; Sól: 8.13 g; Sód: 2102.10 mg; Błonnik: 39.98 g; W tym cukry: 55.73 g;	Kcal: 771.50 kcal; Białko ogółem: 49.47 g; Tłuszcz ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 53.08 g; Kw. tł. nasycone: 25.56 g; Sól: 3.47 g; Sód: 809.36 mg; Błonnik: 3.65 g; W tym cukry: 22.58 g;	

	Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	Łatwostrawna P02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór
Sobota 18.04.2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 40g (GLU, SOJ) Bułka grahamka 1 szt / 50 g (GLU) Masło 20g (MLE) Kiełbaski z fileta z indyka na ciepło 1 szt (GLU, JAJ) Ketchup łagodny 5 g Ser podpuszczkowy „Edam” 40 g (MLE) Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 250 ml	Chleb zwykły, pszenno-żytni 40g (GLU, SOJ) Bułka poznańska 1 szt / 50 g (GLU, SOJ, MLE) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 60 g Miód 1 szt 25 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 250 ml	Bułka grahamka 1 szt / 50 g (GLU) Rama z Omega 3 1szt/10g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 60 g Ogórek kiszony plasterki b/s 60 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 250 ml	Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt / 50 g (GLU) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 1 szt / 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 60 g Ogórek kiszony plasterki b/s 60 g Herbata owocowa- wiśniowa b/c 250 ml	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Haga 17 g / 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Pasta jarzynowa z zieleniną 20 g
	II Śniadanie		Owsianka gotowana na mleku z kostką banana 150g (GLU, MLE)		Owsianka gotowana na mleku 150g (GLU, MLE) Czekolada gorzka 70 % kakao b/d/c 16 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem żytnim i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z piersi indyka z morelą pieczony 100g Sos słodko-kwaśny 60ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Bukiet jarzyn 150 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Kompot truskawkowy z cukrem 200 ml /3g	Pomidorowa z makaronem żytnim i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Gulasz wp. z warzywami 100g (GLU) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Bukiet jarzyn 150 g Kompot truskawkowy z cukrem 200 ml /3 g	Pomidorowa z makaronem żytnim i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z piersi indyka z morelą pieczony 100g Ziemniaki gotowane z koperkiem 100 g Bukiet jarzyn 150 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Kompot truskawkowy 200 ml	Pomidorowa z makaronem żytnim i zieleniną 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet z piersi indyka z morelą pieczony 100g Sos słodko-kwaśny 60ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Bukiet jarzyn 150 g Kompot truskawkowy b/c 200 ml	
	Pokry	Kefir owocowy 1 szt / 200 g (MLE) Podplomyki 18 g / 2 szt (GLU, SOJ, MLE)		Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE)	Kefir naturalny 1 szt / 200 g (MLE) Podplomyki 18 g / 2 szt (GLU, SOJ, MLE)	
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Majonez 5 g (JAJ, GOR) Ser mozzarella 40 g (MLE) Powidła śliwkowe 30 g / 1 szt Pomidor b/s plasterki z cebulką 60 g /1 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Ser mozzarella 40 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25g/1 szt Roszponka 20 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Ser mozzarella 30 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor b/s plasterki z cebulką 60 g /1 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Jajko gotowane 1 szt / 50 g (JAJ) Ser mozzarella 30 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor b/s plasterki z cebulką 60 g /1 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 17 g / 1 szt (MLE) Ser biały plaster 20 g (MLE) Papryka świeża paseczki 20 g Mix sałat z młodymi listkami buraczków 20 g Herbata ziołowa- melisa b/c 150 ml
	II Kolacja	Mus warzywno-owocowy 100 g / 1 szt b/d/c	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1szt,10g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri 17 g / 1 szt (MLE) Sałata 8 g Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Herbata ziołowa- rumianek b/c 150 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g / 1 szt b/d/c	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1szt/10g Poledwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri 17 g / 1 szt (MLE) Sałata 8 g Jabłko pieczone 1 szt / 140 g Herbata ziołowa- rumianek b/c 150 ml	
Wartości odżywcze	Kcal: 2466.70 kcal; Białko ogółem: 97.31 g; Tłuszcz ogółem: 100.44 g; Węglowodany ogółem: 295.53 g; Kw. tł. nasycone: 47.70 g; Sól: 5.98 g; Sód: 2050.53 mg; Błonnik: 31.89 g; W tym cukry: 44.67 g;	Kcal: 2467.95 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz ogółem: 105.57 g; Węglowodany ogółem: 293.77 g; Kw. tł. nasycone: 44.66 g; Sól: 3.57 g; Sód: 728.44 mg; Błonnik: 23.67 g; W tym cukry: 35.48 g;	Kcal: 3144.16 kcal; Białko ogółem: 132.77 g; Tłuszcz ogółem: 139.81 g; Węglowodany ogółem: 353.60 g; Kw. tł. nasycone: 63.13 g; Sól: 5.50 g; Sód: 902.48 mg; Błonnik: 30.28 g; W tym cukry: 64.52 g;	Kcal: 1637.38 kcal; Białko ogółem: 73.41 g; Tłuszcz ogółem: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 181.89 g; Kw. tł. nasycone: 21.18 g; Sól: 4.29 g; Sód: 1263.56 mg; Błonnik: 41.96 g; W tym cukry: 27.03 g;	Kcal: 3031.41 kcal; Białko ogółem: 128.08 g; Tłuszcz ogółem: 138.44 g; Węglowodany ogółem: 339.22 g; Kw. tł. nasycone: 62.00 g; Sól: 7.75 g; Sód: 1816.98 mg; Błonnik: 41.96 g; W tym cukry: 60.18 g;	Kcal: 534.98 kcal; Białko ogółem: 30.85 g; Tłuszcz ogółem: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 77.23 g; Kw. tł. nasycone: 10.71 g; Sól: 2.81 g; Sód: 389.84 mg; Błonnik: 3.67 g; W tym cukry: 20.24 g;

		Podstawowa P01	Łatwostrawna P02	Łatwostrawna P02/S/K dodatek II śniadania i II kolacji	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03/2/M Kcal	Zograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów P03 WW/WBT	Dodatkowy wybór
Niedziela 19 04 2026 r.	I Śniadanie	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Paszтет pieczony dr. 40 g (GLU) Twarożek z tartą rzodkiewką 60 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Sałatka małowa 16 g / 2 liście Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 25 g / 1 szt Pomidor plasterki b/s 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1 szt/10g Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ) Twarożek z tartą rzodkiewką 60 g (MLE) Pomidor plasterki b/s z cebulką 60g/2 g Szpinak Baby 20 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40g (SOJ) Twarożek z tartą rzodkiewką 60 g (MLE) Pomidor plasterki b/s z cebulką 60g/2 g Szpinak Baby 20 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Fromage klasyczny 20 g (MLE) Roszponka 20 g Papryka świeża, plasterki 20 g Herbata czarna z cytryną i cukrem 150 ml/5g/3g
	II Śniadanie			Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama z Omega 3 1 szt/10g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 1 szt / 17 g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie naturalnym 50g (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraczka 20 g Herbata ziołowa – mięta b/c 150 ml		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama z Omega 3 1 szt/10g Paszтет pieczony dr. 40 g (GLU) Serek Haga 1 szt / 17 g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie naturalnym 50g (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraczka 20 g Herbata ziołowa – mięta b/c 150 ml	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i kurczakiem 300g (SEL) Surówka z drobno tartej marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane w kostce 150 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i kurczakiem 300g (SEL) Surówka z drobno tartej marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane w kostce 150 g Woda z miętą 200 ml		Szpinakowa z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i kurczakiem 250g (SEL) Surówka z drobno tartej marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane w kostce 150 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami i zieleniną 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i kurczakiem 300g (SEL) Surówka z drobno tartej marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane w kostce 150 g Woda z miętą 200 ml	
	Podwieczorek	Krucze ciasteczka z marmoladą 4 szt / 50 g (GLU) Kakao gotowane na mleku z cukrem (MLE)	Herbatniki Petit - Beurre 50 g (GLU, SOJ, MLE) Mleko gotowane z cynamonem b/c (MLE)		Wafle ryżowe 20 g / 2 szt Jabłko 1 szt / 140 g	Herbatniki Petit - Beurre 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jabłko 1 szt / 140 g	
	I Kolacja	Chleb zwykły, pszenno-żytni 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Schab benedyktyński 40g (SOJ) Serek Fromage ziołowy 40 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25g/1 szt Cykorii 20 g Herbata czarna z cytryną i cukrem 250 ml/5g/3g	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Połędwica drobiowa 40g (GLU, SOJ, MLE) Serek Fromage ziołowy 40 g (MLE) Konfitura extra morelowa 25g/1 szt Banan 1 szt Herbata czarna z cytryną i cukrem 250 ml/5g/3g		Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Fromage ziołowy 40 g (MLE) Cykorii 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Herbata czarna z cytryną i cukrem 250ml/5g/3g	Chleb Graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Fromage ziołowy 40 g (MLE) Cykorii 20 g Pomidorki koktajlowe 60 g Herbata czarna z cytryną i cukrem 250ml/5g/3g	Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany 20g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy ziołowy 17g/1 szt (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraczka 20 g Ogórek świeży plasterki b/s 20 g
	II Kolacja	Actimel klasyczny 100 ml/ 1 szt (MLE)		Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, GOR) Serek Wiejski 1 szt / 200 g (MLE) Rukola 10 g Pomidor plasterki b/s 60 g Herbata owocowa - truskawkowa b/c 150 ml	Actimel klasyczny 100 ml/ 1 szt (MLE)	Chleb Graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, GOR) Serek Wiejski 1 szt / 200 g (SEL) Rukola 10 g Ogórek świeży b/s plasterki 60 g Herbata owocowa - truskawkowa b/c 150 ml	
Wartości odżywcze	Kcal: 2513.87 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz ogółem: 125.14 g; Węglowodany ogółem: 250.52 g; Kw. tł. nasycone: 54.38 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1393.97 mg; Błonnik: 20.29 g; W tym cukry: 54.77 g;	Kcal: 2463.75 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz ogółem: 101.58 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; Kw. tł. nasycone: 46.65 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1245.70 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 95.57 g;	Kcal: 3036.59 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz ogółem: 130.53 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; Kw. tł. nasycone: 59.16 g; Sól: 8.68 g; Sód: 1998.00 mg; Błonnik: 27.35 g; W tym cukry: 102.88 g;	Kcal: 1438.32 kcal; Białko ogółem: 60.39 g; Tłuszcz ogółem: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 180.76 g; Kw. tł. nasycone: 23.94 g; Sól: 3.51 g; Sód: 898.38 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 49.20 g;	Kcal: 2715.62 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz ogółem: 128.27 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; Kw. tł. nasycone: 57.13 g; Sól: 8.75 g; Sód: 2032.66 mg; Błonnik: 37.33 g; W tym cukry: 62.29 g;	Kcal: 545.23 kcal; Białko ogółem: 26.23 g; Tłuszcz ogółem: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 57.77 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 2.28 g; Sód: 537.43 mg; Błonnik: 4.16 g; W tym cukry: 26.90 g;	

Oznaczenia wskaźników odżywczych :

Kcal – Wartość energetyczna [kcal],

Białko ogółem - Białko ogółem,

Tłuszcz ogółem - Tłuszcz,

Węglowodany ogółem – Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Sól - Sól,

Potas-Potas,

Wapń - Wapń,

Fosfor-Fosfor,

Magnez-Magnez,

Żelazo-Żelazo,

Kw. tł. nasycone – Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

WW - WW,

Błonnik – Błonnik pokarmowy,

W tym cukry – suma cukrów prostych,

Wykaz alergenów

- 1) **GLU** – zboża zawierające gluten
- 2) **SKR** – skorupiaki i pochodne
- 3) **JAJ** – jaja i pochodne
- 4) **RYB** – ryby i pochodne
- 5) **OZI** – orzeszki ziemne i pochodne
- 6) **SOJ** – soja i pochodne
- 7) **MLE** – mleko i pochodne
- 8) **ORZ** – orzechy
- 9) **SEL** – seler i pochodne
- 10) **GOR** – gorczyca i pochodne
- 11) **SEZ** – nasiona sezamu i pochodne
- 12) **DWU** – dwutlenek siarki, siarczany
- 13) **ŁUB** – łubin i pochodne
- 14) **MCK** – mięczaki i pochodne