

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-04-20 poniedziałek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka poznańska 1szt 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Ser mozzarella 50 g (MLE) Konfitura morelowa 1 szt/20 g Pomidor b/s, ćw. z cebulką 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Bułka poznańska 1szt 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 50 g (MLE) Konfitura morelowa 1 szt/20 g Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 30 g (MLE) Pomidor b/s, ćw. z cebulką 60 g Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor b/s, ćw. z cebulką 60 g Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Platki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek puszysty Tartare 1szt 1szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Pasta z kalafiora 20 g Miód sztukowy 25g/ 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml	
	II S		Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt Suchary 30 g (GLU, SOJ, MLE)		Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt Suchary 30 g (GLU, SOJ, MLE)		
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami i z zielonym groszkiem i ziel 250ml (MLE, SEL) Gulasz z szynki z pieczarkami w sosie własnym 250g (GLU, SEL) Kasza Bulgur got z koperkiem 200 g Surówka bankietowa z kapustą pekińską, papryką, cebulą, ogórkiem kiszonym, porem i marchewką 150 g Kompot wieloowocowy z cukrem 200ml/3g	Koperkowa z zacierką i ziel, zabieleną 250ml (GLU, SEL) Zraz wp-wołowy gotowany 100 g (GLU, SOJ) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Szpinak duszony 150 g Kompot wieloowocowy z cukrem 200ml/3g	Koperkowa z zacierką i ziel, zabieleną 250 ml (GLU, SEL) Zraz wp-wołowy gotowany 100 g (GLU, SOJ) Kasza Bulgur got z koperkiem 100 g Surówka bankietowa z kapustą pekińską, papryką, cebulą, ogórkiem kiszonym, porem i marchewką 150 g Szpinak duszony 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Koperkowa z zacierką i ziel, zabieleną 250 ml (GLU, SEL) Zraz wp-wołowy gotowany 100 g (GLU, SOJ) Sos pomidorowy 60 ml (GLU) Kasza Bulgur got z koperkiem 200 g Szpinak duszony 150 g Surówka bankietowa z kapustą pekińską, papryką, cebulą, ogórkiem kiszonym, porem i marchewką 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml		
	P	Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 250 ml (MLE)		Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 150 ml (MLE)	Budyń waniliowy z owocami (truskawki) 150 g (MLE) Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE)		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z jajka ze szczypiorkiem i rzodkiewką 60 g (JAJ, GOR) Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 200 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z jajka z koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Sałata masłowa 16 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 200 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z jajka ze szczypiorkiem 60 g (JAJ, GOR) Sałata masłowa 16 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 200 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z jajka ze szczypiorkiem i rzodkiewką 60 g (JAJ, GOR) Sałata masłowa 16 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 200 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i brzoskwini 20 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Mus z truskawek 20 g	
	Pn	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1szt 1szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 50g/10g 60 g Roszponka 10 g Mleko gotowane 200 ml (MLE)	Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1szt 1szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 60 g Roszponka 10 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	
		Kcal: 2455.34 kcal; Białko ogółem: 103.43 g; Tłuszcz ogółem: 103.61 g; Węglowodany ogółem: 280.77 g; Kw. tł. nasycone: 43.14 g; Sól: 7.04 g; Sód: 1719.12 mg; Błonnik: 27.87 g; W tym cukry: 68.14 g;	Kcal: 2552.49 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz ogółem: 116.23 g; Węglowodany ogółem: 295.75 g; Kw. tł. nasycone: 44.05 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1104.16 mg; Błonnik: 17.53 g; W tym cukry: 56.60 g;	Kcal: 3017.70 kcal; Białko ogółem: 114.35 g; Tłuszcz ogółem: 138.29 g; Węglowodany ogółem: 345.12 g; Kw. tł. nasycone: 57.16 g; Sól: 7.67 g; Sód: 1459.49 mg; Błonnik: 22.10 g; W tym cukry: 66.85 g;	Kcal: 1605.70 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz ogółem: 55.41 g; Węglowodany ogółem: 205.30 g; Kw. tł. nasycone: 20.06 g; Sól: 6.75 g; Sód: 1615.12 mg; Błonnik: 27.53 g; W tym cukry: 38.75 g;	Kcal: 2856.34 kcal; Białko ogółem: 116.18 g; Tłuszcz ogółem: 123.38 g; Węglowodany ogółem: 333.19 g; Kw. tł. nasycone: 53.46 g; Sól: 8.63 g; Sód: 1807.80 mg; Błonnik: 40.52 g; W tym cukry: 60.94 g;	Kcal: 804.84 kcal; Białko ogółem: 54.90 g; Tłuszcz ogółem: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 52.43 g; Kw. tł. nasycone: 26.05 g; Sól: 3.58 g; Sód 656.79 mg; Błonnik: 4.12 g; W tym cukry 21.67 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-04-21 wtorek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser podpuszczkowy „Tylżycki” 40 g (MLE) Powidła - 1 szt/20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Konfitura z truskawek 1 szt/20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Szpinak baby 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Jajko gotowane 1 szt (JAJ) Szpinak baby 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Cykoria 10 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	
	II S		Wafle ryżowe 20 g Masło 10 g (MLE) Schab benedyktyński 20 g (SOJ) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Mix sałat 20 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml		Wafle ryżowe 20 g Masło 10 g (MLE) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 50 g (JAJ, GOR) Schab benedyktyński 20 g (SOJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Mix sałat 20 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem żytnim i ziel 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SO2) Zawijaniec firmowy pieczony 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ziemniaki got z ziel 200 g Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Wodaz cytryną 200 ml	Rosół z makaronem żytnim i ziel 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SO2) Filet z piersi kurczaka gotowany na wywarze jarzynowym - bitka 100 g (SEL) Sos kremowy z cukinią 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki got z ziel 200 g Marchew junior gotowana 150 g Woda z cytryną 200 ml	Rosół z makaronem żytnim i ziel 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SO2) Filet z piersi kurczaka gotowany na wywarze jarzynowym - bitka 100 g (SEL) Ziemniaki got z ziel 100 g Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Marchew junior gotowana 150 g Wodaz cytryną 200 ml	Rosół z makaronem żytnim i ziel 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SO2) Filet z piersi kurczaka gotowany na wywarze jarzynowym - bitka 100 g (SEL) Sos kremowy z cukinią 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki got z ziel 200 g Marchew junior gotowana 150 g Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem 150 g (MLE) Woda z cytryną 200 ml		
	P	Mus owocowo – warzywny tubka 1 szt Paluszki 15 g	Mus owocowo – warzywny tubka 1 szt Chrupki kukurydziane 10 g	Mus owocowo – warzywny tubka 100g 1 szt	Mus owocowo – warzywny tubka 1 szt Paluszki 15 g		
	Kolejca	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek pomidorowy 60 g (MLE) Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 40 g (MLE, GOR) Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek pomidorowy 60 g (MLE) Buraczki gotowane plasty 60 g Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 30 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek pomidorowy 60 g (MLE) Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 40 g (MLE, GOR) Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek pomidorowy 60 g (MLE) Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 40 g (MLE, GOR) Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Pasta z brokuła 20 g Konfitura morelowa 1 szt/20 g	
	Pn	Skyr naturalny 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Skyr naturalny 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry cw. 50 g Herbata zielona 150 ml	Skyr naturalny 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Skyr naturalny 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry cw. 50 g Herbata zielona b/c 150 ml		
	Kcal: 2433.91 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz ogółem: 123.90 g; Węglowodany ogółem: 220.65 g; Kw. tł. nasycone: 43.01 g; Sól: 5.18 g; Sód: 1469.18 mg; Błonnik: 23.17 g; W tym cukry: 27.62 g;	Kcal: 2318.94 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz ogółem: 113.94 g; Węglowodany ogółem: 219.34 g; Kw. tł. nasycone: 38.40 g; Sól: 3.49 g; Sód: 889.69 mg; Błonnik: 15.29 g; W tym cukry: 18.38 g;	Kcal: 2726.44 kcal; Białko ogółem: 124.81 g; Tłuszcz ogółem: 138.73 g; Węglowodany ogółem: 247.67 g; Kw. tł. nasycone: 55.00 g; Sól: 5.41 g; Sód: 1137.31 mg; Błonnik: 17.81 g; W tym cukry: 21.06 g;	Kcal: 1350.22 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz ogółem: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 142.70 g; Kw. tł. nasycone: 13.91 g; Sól: 2.73 g; Sód: 674.81 mg; Błonnik: 17.50 g; W tym cukry: 23.31 g;	Kcal: 2818.82 kcal; Białko ogółem: 136.81 g; Tłuszcz ogółem: 143.92 g; Węglowodany ogółem: 245.87 g; Kw. tł. nasycone: 56.25 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1312.64 mg; Błonnik: 29.51 g; W tym cukry: 27.88 g;	Kcal: 544.88 kcal; Białko ogółem: 29.63 g; Tłuszcz ogółem: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 59.04 g; Kw. tł. nasycone: 15.51 g; Sól: 2.70 g; Sód: 711.75 mg; Błonnik: 3.58 g; W tym cukry: 19.81 g;	

		WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-22 środa	Sniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Papryka świeża 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/5g (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane b / c 200 ml (MLE)		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane b / c 200 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane b / c 200 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 40 g Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml
	II S			Owsianka gotowana na mleku z bananem 150 g (GLU, MLE)		Owsianka gotowana na mleku z bananem 100 g (GLU, MLE)	
	Obiad	Krem z kukurydzy z solonym popcornem i kolendrą 250 ml (MLE, SEL) Stek wp z cebulą pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Surówka z białej kapusty z ogórkiem i koperkiem 150 g Kompot z jabłek 200 ml	Krem z zielonego groszku z ziemniakami i grzankami ziołowymi 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Pulpet wieprzowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos dyniowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot z jabłek 200 ml		Krem z zielonego groszku z ziemniakami i grzankami ziołowymi 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Pulpet wieprzowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Surówka z białej kapusty z ogórkiem i koperkiem z olejem 150 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	Krem z zielonego groszku z ziemniakami i grzankami ziołowymi 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Pulpet wieprzowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos dyniowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Surówka z białej kapusty z ogórkiem i koperkiem z olejem 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	
	P	Mleko waniliowe 1szt 200 ml (MLE) Podplomyki b/c 1 szt (GLU, SOJ, MLE)	Mleko waniliowe 1 szt 200 ml (MLE) Podplomyki b/c 1 szt (GLU, SOJ, MLE)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Podplomyki b/c 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Pomarańcza 1 szt	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Sałatka jarzynowa 100 g (JAJ, SEL, MLE, GOR) Konfitura truskawkowa 1 szt Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica Ani drobiowa 40 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym i oliwą 100 g (JAJ, SEL, MLE, GOR) Konfitura truskawkowa 1 szt Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica Ani drobiowa 20 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym i oliwą 100 g (JAJ, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica Ani drobiowa 40 g (SOJ) Sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym i oliwą 100 g (JAJ, SEL, MLE, GOR) Rzodkiewka czerwona 60 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Mix sałat 10 g
Ph	Suszony burak o smaku malinowym 1 szt (GLU, SOJ, MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Koper 1 g Pomidory koktajlowe 60 g Jabłko pieczone 1 szt Herbata ziołowa rumianek 150 ml	Suszony burak o smaku malinowym 1 szt (GLU, SOJ, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Szcypiorek 1 g Pomidory koktajlowe 60 g Jabłko pieczone 1 szt Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml		
	Kcal: 2561.54 kcal; Białko ogółem: 87.82 g; Tłuszcz ogółem: 130.39 g; Węglowodany ogółem: 258.25 g; Kw. tł. nasycone: 46.96 g; Sól: 5.78 g; Sód: 1116.75 mg; Błonnik: 26.35 g; W tym cukry: 74.38 g;	Kcal: 2453.60 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz ogółem: 100.34 g; Węglowodany ogółem: 303.51 g; Kw. tł. nasycone: 41.37 g; Sól: 5.82 g; Sód: 1246.11 mg; Błonnik: 25.20 g; W tym cukry: 54.12 g;	Kcal: 2874.73 kcal; Białko ogółem: 116.21 g; Tłuszcz ogółem: 112.26 g; Węglowodany ogółem: 360.35 g; Kw. tł. nasycone: 50.52 g; Sól: 6.74 g; Sód: 1424.68 mg; Błonnik: 31.75 g; W tym cukry: 76.49 g;	Kcal: 1578.43 kcal; Białko ogółem: 79.51 g; Tłuszcz ogółem: 57.80 g; Węglowodany ogółem: 197.94 g; Kw. tł. nasycone: 26.07 g; Sól: 3.75 g; Sód: 895.36 mg; Błonnik: 32.71 g; W tym cukry: 46.94 g;	Kcal: 2878.48 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz ogółem: 120.81 g; Węglowodany ogółem: 344.95 g; Kw. tł. nasycone: 50.81 g; Sól: 6.89 g; Sód: 1470.52 mg; Błonnik: 49.33 g; W tym cukry: 83.79 g;	Kcal: 607.85 kcal; Białko ogółem: 34.98 g; Tłuszcz ogółem: 21.31 g; Węglowodany ogółem: 76.93 g; Kw. tł. nasycone: 13.48 g; Sól: 3.67 g; Sód: 809.98 mg; Błonnik: 5.31 g; W tym cukry: 21.46 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-23 czwartek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka na parze - wędlina 40 g Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony b/s 60 g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Rukola 20 g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Twarożek z rzodkiewką i szczypiorkiem 60 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Ser mozzarella 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g Sałata masłowa 8 g
	II S		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Banan 1 szt Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa rumianek 150 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Gruszka 1 szt Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Naleśniki smażone z twarogiem i powidłami śliwkowymi 2szt 300g (GLU, JAJ, MLE) Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z sosem jogurtowo-ziołowym 150 g (MLE) Woda z pomarańczą 200 ml	Ziemniaczana z zieleciną 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada drobiowa z warzywami gotowany 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ryż gotowany z zieleciną 200g Brokuł gotowany 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Rolada drobiowa z warzywami gotowany 100 g (GLU, JAJ, SEL) Ryż gotowany z zieleciną 100g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z sosem jogurtowo-ziołowym 150 g (MLE) Brokuł gotowany 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Rolada drobiowa z warzywami gotowany 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ryż gotowany z zieleciną 200g Brokuł gotowany 150 g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z sosem jogurtowo - ziołowym 150 g (MLE) Woda z pomarańczą 200 ml	
	P	Jabłko ćw. gotowane w sosie waniliowym 250 ml (MLE)		Jabłko ćw. gotowane w sosie waniliowym b/c 200 ml (MLE)		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny z truskawkami 1 szt (MLE) Mus z wiśni 20 g Pomidor ze szczypiorkiem 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny z truskawkami 1 szt (MLE) Konfitura morelowa 1 szt Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 20 g Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa malinowa 150 ml
	Ph	Serek Bieluch 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Buraczki gotowane plasty 30g Pasta z brokuła z pestkami słonecznika 30 g Mleko gotowane 150 ml (MLE)	Serek Bieluch 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Buraczki gotowane plasty 30g Pasta z brokuła z pestkami słonecznika 30 g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)	
		Kcal: 2659.88 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz ogółem: 115.48 g; Węglowodany ogółem: 306.60 g; Kw. tł. nasycone: 56.37 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1522.86 mg; Błonnik: 19.26 g; W tym cukry: 66.73 g;	Kcal: 2401.13 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz ogółem: 105.63 g; Węglowodany ogółem: 265.36 g; Kw. tł. nasycone: 43.89 g; Sól: 4.85 g; Sód: 963.81 mg; Błonnik: 17.74 g; W tym cukry: 45.01 g;	Kcal: 3089.43 kcal; Białko ogółem: 157.94 g; Tłuszcz ogółem: 116.19 g; Węglowodany ogółem: 372.65 g; Kw. tł. nasycone: 62.54 g; Sól: 7.80 g; Sód: 1364.79 mg; Błonnik: 25.54 g; W tym cukry: 95.93 g;	Kcal: 1526.19 kcal; Białko ogółem: 96.91 g; Tłuszcz ogółem: 61.18 g; Węglowodany ogółem: 156.88 g; Kw. tł. nasycone: 19.63 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1316.94 mg; Błonnik: 19.78 g; W tym cukry: 44.96 g;	Kcal: 3067.33 kcal; Białko ogółem: 158.09 g; Tłuszcz ogółem: 141.37 g; Węglowodany ogółem: 308.54 g; Kw. tł. nasycone: 64.84 g; Sól: 9.56 g; Sód: 2104.74 mg; Błonnik: 36.68 g; W tym cukry: 74.91 g;

		WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-24 piątek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Galareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Konfitura truskawkowa 1 szt Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Galareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Konfitura truskawkowa 1 szt Buraczki gotowane kostka 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Galareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Buraczki gotowane kostka 60 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Galareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Buraczki gotowane kostka 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek Deliser 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy, "Tyńczyk" 20 g (MLE) Rukola 10 g Miód sztukowy 25g 1 szt
	II ś			Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt 1 szt Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)		Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt 1 szt Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	
	Obiad	Barszcz czerwony z fasolką i z brązowym makaronem i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Ryba pieczona w ziołach (dorsz) 100 g (RYB) Surówka żydowska z kapusty białej, marchewki, selera, jabłka, pora i ogórka kiszzonego z olejem 150 g (SEL, SOZ) Kompot truskawkowy z cukrem 200ml/3g 200 ml	Owocowa z laną kluską i zieleń 250 ml (GLU, MLE) Ryba soule gotowana (dorsz) 100 g (RYB) Sos marchewkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot truskawkowy z cukrem 200ml/3g 200 ml		Barszcz czerwony z fasolką i z brązowym makaronem i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Ryba soule gotowana (dorsz) 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem 100 g Surówka żydowska z kapusty białej, marchewki, selera, jabłka, pora i ogórka kiszzonego z olejem 150 g (SEL, SOZ) Kalafor gotowany na parze 150 g Kompot truskawkowy b/c 200 ml	Barszcz czerwony z fasolką i z brązowym makaronem i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Ryba soule gotowana (dorsz) 100 g (RYB) Sos marchewkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki z koperkiem 200 g Kalafor gotowany na parze 150 g Surówka żydowska z kapusty białej, marchewki, selera, jabłka, pora i ogórka kiszzonego z olejem 150 g (SEL, SOZ) Kompot truskawkowy b/c 200 ml	
	P	Kasza jaglana na mleku gotowana z musem jabłkowym 200 ml (MLE)			Kasza jaglana na mleku gotowana z musem jabłkowym b/c 150 ml (MLE)	Kasza jaglana na mleku gotowana z musem jabłkowym 200 ml (MLE)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami (włoszczyzna) 60 g (SEL) Ciecierzycza po bretońsku duszona 100 g Konfitura morelowa 1 szt Sałata lodowa z warzywami i oliwą 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami 100 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Konfitura morelowa 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami 100 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Papryka świeża 20 g Sałata lodowa z warzywami i oliwą 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta mięsna dr. z warzywami 100 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Papryka świeża 20 g Sałata lodowa z warzywami i oliwą 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany-wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml
	PI	Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt 1 szt		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu i koperkiem 60 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa wiśniowa 150 ml	Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu i koperku 60 g (MLE) Sałata masłowa 10 g Pomidor b/skóry 60 g z cebulką 3 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	
		Kcal: 2535.04 kcal; Białko ogółem: 104.43 g; Tłuszcz ogółem: 112.14 g; Węglowodany ogółem: 291.30 g; Kw. tł. nasycone: 39.44 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1475.50 mg; Błonnik: 27.61 g; W tym cukry: 52.40 g;	Kcal: 2453.85 kcal; Białko ogółem: 101.00 g; Tłuszcz ogółem: 111.48 g; Węglowodany ogółem: 284.22 g; Kw. tł. nasycone: 43.35 g; Sól: 4.21 g; Sód: 1206.42 mg; Błonnik: 22.52 g; W tym cukry: 45.16 g;	Kcal: 2688.75 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz ogółem: 111.48 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; Kw. tł. nasycone: 48.75 g; Sól: 5.20 g; Sód: 1392.21 mg; Błonnik: 25.25 g; W tym cukry: 49.54 g;	Kcal: 1521.95 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz ogółem: 54.69 g; Węglowodany ogółem: 190.80 g; Kw. tł. nasycone: 22.41 g; Sól: 3.39 g; Sód: 1057.58 mg; Błonnik: 25.28 g; W tym cukry: 39.47 g;	Kcal: 2816.82 kcal; Białko ogółem: 120.90 g; Tłuszcz ogółem: 126.14 g; Węglowodany ogółem: 302.43 g; Kw. tł. nasycone: 49.85 g; Sól: 5.93 g; Sód: 1677.34 mg; Błonnik: 39.82 g; W tym cukry: 58.40 g;	Kcal: 626.04 kcal; Białko ogółem: 36.54 g; Tłuszcz ogółem: 17.83 g; Węglowodany ogółem: 69.68 g; Kw. tł. nasycone: 14.14 g; Sól: 3.53 g; Sód: 632.03 mg; Błonnik: 3.30 g; W tym cukry: 19.53 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-25 sobota	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Majonez 5g (JAJ, GOR) Szczypiorek 1g Cykoria 20g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Koper 1g Cykoria 20g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Koper 1g Cykoria 20g Ogórek świeży b/skóry 60g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Koper 1g + Majonez 5g (JAJ, GOR) Cykoria 20g Ogórek świeży b/skóry 60g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Pasta z brokuła z pestkami słonecznika 20g Konfitura truskawkowa 1 szt/20g Herbata ziołowa b/c melisa 150 ml
	II Ś		Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Szpinak baby 20g Jabłko pieczone 1 szt Herbata owocowa żurawinowa 150 ml		Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Szpinak baby 20g Jabłko pieczone 1 szt Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml	
	Obiad	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL, SO2) Kotlet panierowany z płatkach pieczony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g Surówka nowalijkowa z białą kapustą, rzodkiewką, ogórkiem, marchewką i cebulą z olejem 150g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Woda z miętą 200ml	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL, SO2) Zrazik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Cukinia na parze 150g Woda z miętą 200ml	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL, SO2) Zrazik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Surówka nowalijkowa z białą kapustą, rzodkiewką, ogórkiem, marchewką i cebulą z olejem 150g Woda z miętą 200ml	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL, SO2) Zrazik mielony wp gotowany na parze 100g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Surówka nowalijkowa z białą kapustą, rzodkiewką, ogórkiem, marchewką i cebulą z olejem 150g Woda z miętą 200ml	
	P	Panna cotta z musem truskawkowym 150g (MLE, SO2)		Panna cotta z musem truskawkowym b/c 100g (MLE, SO2)	Panna cotta z musem truskawkowym 150g (MLE, SO2)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta z makreli z twarogiem i zieleciną 60 g (RYB, MLE) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Papryka świeża 60g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250ml/3g 250 ml (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z jarzynami 60 g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Roszponka 20g Miód sztukowy 25g 1 szt Mleko gotowane z cukrem i cynamonem 250ml/3g 250 ml (SOJ, MLE)	Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z jarzynami 60 g (RYB, SEL) Twarożek z koperkiem 50 g (MLE) Roszponka 20g Papryka świeża 60g Kakao gotowane na mleku b/c 200 ml (SOJ, MLE)	Chleb graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z jarzynami 60 g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Roszponka 20g Kakao gotowane na mleku b/c 250 ml (SOJ, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20g Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Tylżycki” 20g (MLE) Ogórek kiszony b/s 20g Sałata masłowa 8g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml
	Pn	Serek homogenizowany naturalny z wanilią 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Rukola 10g Pomidory koktajlowe 60g Herbata ziołowa mięta 150 ml	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Rukola 10g Pomidory koktajlowe 60g Herbata ziołowa b/c mięta 150 ml	
2026-04-25 sobota	Kcal: 2564.26 kcal; Białko ogółem: 133.52 g; Tłuszcz ogółem: 87.37 g; Węglowodany ogółem: 317.16 g; Kw. tł. nasycone: 43.40 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1635.31 mg; Błonnik: 39.41 g; W tym cukry: 83.50 g;	Kcal: 2676.92 kcal; Białko ogółem: 126.03 g; Tłuszcz ogółem: 105.11 g; Węglowodany ogółem: 310.19 g; Kw. tł. nasycone: 57.87 g; Sól: 4.09 g; Sód: 1035.99 mg; Błonnik: 27.58 g; W tym cukry: 70.36 g;	Kcal: 3184.28 kcal; Białko ogółem: 145.53 g; Tłuszcz ogółem: 125.48 g; Węglowodany ogółem: 373.90 g; Kw. tł. nasycone: 67.25 g; Sól: 5.91 g; Sód: 1361.89 mg; Błonnik: 33.97 g; W tym cukry: 87.07 g;	Kcal: 1636.54 kcal; Białko ogółem: 104.57 g; Tłuszcz ogółem: 49.79 g; Węglowodany ogółem: 200.55 g; Kw. tł. nasycone: 26.88 g; Sól: 3.66 g; Sód: 1130.18 mg; Błonnik: 30.42 g; W tym cukry: 53.78 g;	Kcal: 3211.41 kcal; Białko ogółem: 146.33 g; Tłuszcz ogółem: 136.04 g; Węglowodany ogółem: 365.36 g; Kw. tł. nasycone: 68.89 g; Sól: 7.35 g; Sód: 1979.83 mg; Błonnik: 46.63 g; W tym cukry: 81.09 g;	Kcal: 866.56 kcal; Białko ogółem: 52.52 g; Tłuszcz ogółem: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 78.29 g; Kw. tł. nasycone: 25.63 g; Sól: 3.90 g; Sód: 784.59 mg; Błonnik: 3.72 g; W tym cukry: 19.27 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-26 niedziela	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlna 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/s ze szczypiorkiem 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml
	II S		Kefir owocowy 200g 1 szt (MLE) Banan 1 szt		Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Banan 1 szt	
	Obiad	Pejzanka z ziemniakami i zieleń 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab faszerowany pieczarkami, pieczony 100 g Sos pieczeniowy 60 ml (GLU) Kasza bulgur z koperkiem gotowana 200 g (GLU) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej, ogórkiem i kukurydzą z olejem 150 g Szpinak duszony na ciepło 150 g Kompot z owocowy z cukrem 200 ml / 3 g	Pejzanka z ziemniakami i zieleń 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany na wywarze jarzynowym - bitka 100 g Sos majerankowy 60 ml (GLU) Kasza bulgur gotowana z koperkiem 200 g (GLU) Dymia gotowana 150 g Szpinak duszony na ciepło 150 g Kompot z owocowy z cukrem 200 ml / 3 g	Pejzanka z ziemniakami i zieleń 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab gotowany na wywarze jarzynowym - bitka 100 g Kasza bulgur gotowana z koperkiem 100 g (GLU) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej, ogórkiem i kukurydzą z olejem 150 g Szpinak duszony na ciepło 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	Pejzanka z ziemniakami i zieleń 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab faszerowany pieczarkami, pieczony 100 g Sos pieczeniowy 60 ml (GLU) Kasza bulgur gotowana z koperkiem 200 g (GLU) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej, ogórkiem i kukurydzą z olejem 150 g Szpinak duszony na ciepło 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	
	P	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt Ciastka kruche b/d/c 40 g (GLU)		Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt, Krucze ciasteczka b/d/c 35 g	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Serek wiejski ze szczypiorkiem 1 szt (MLE) Powidła - 1 szt / 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt 1 szt (MLE) Konfitura truskawkowa 1 szt / 20 g Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt 1 szt (MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt 1 szt (MLE) Ogórek świeży 60 g Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Papryka świeża 20 g Cykorcia 10 g Konfitura morelowa 1 szt/20g
PI	Baton zbożowy z suszoną żurawiną i skórka pomarańczowa 1 szt (GLU, MLE)	Jabłko gotowane 1 szt	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Mix sałat 20 g Herbata zielona 150 ml	Jabłko gotowane 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Mix sałat 20 g Herbata zielona b/c 150 ml	
	Kcal: 2567.07 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz ogółem: 118.82 g; Węglowodany ogółem: 276.33 g; Kw. tł. nasycone: 42.00 g; Sól: 7.73 g; Sód: 2035.77 mg; Błonnik: 28.70 g; W tym cukry: 39.47 g;	Kcal: 2510.63 kcal; Białko ogółem: 102.68 g; Tłuszcz ogółem: 110.72 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; Kw. tł. nasycone: 40.52 g; Sól: 5.19 g; Sód: 1230.86 mg; Błonnik: 29.73 g; W tym cukry: 50.10 g;	Kcal: 2710.85 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz ogółem: 97.11 g; Węglowodany ogółem: 358.63 g; Kw. tł. nasycone: 48.29 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1362.63 mg; Błonnik: 31.90 g; W tym cukry: 74.39 g;	Kcal: 1471.95 kcal; Białko ogółem: 78.87 g; Tłuszcz ogółem: 51.97 g; Węglowodany ogółem: 183.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.06 g; Sól: 4.49 g; Sód: 1005.11 mg; Błonnik: 26.08 g; W tym cukry: 40.57 g;	Kcal: 2720.53 kcal; Białko ogółem: 118.35 g; Tłuszcz ogółem: 105.24 g; Węglowodany ogółem: 337.83 g; Kw. tł. nasycone: 48.91 g; Sól: 6.35 g; Sód: 1491.89 mg; Błonnik: 36.29 g; W tym cukry: 65.66 g;	Kcal: 740.01 kcal; Białko ogółem: 49.95 g; Tłuszcz ogółem: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 60.56 g; Kw. tł. nasycone: 23.04 g; Sól: 3.09 g; Sód: 470.10 mg; Błonnik: 3.84 g; W tym cukry: 21.00 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-27 pomiędzydalek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Szyńka na parze - wędlina 40 g Ser podpuszczkowy „Tylżycki „ 40 g (MLE) Konfitura truskawkowa 1 szt/ 20 g Sałata masłowa 8 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml/3g/5g Zupa ml. z brązowym makaronem 150 ml (GLU, MLE, MCK)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Konfitura truskawkowa 1 szt /20 g Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml/3g/5g Zupa ml. z brązowym makaronem 150 ml (GLU, MLE, MCK)	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Rama bezmleczna 1szt Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Rogal maślany 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Tylżycki „ 20 g (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Sałata masłowa 8 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Haga 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 20 g
	II S		Pieczewo chrupkie 20 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Szyńka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Pasta z twarogu i koperku 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa melisa 150 ml		Pieczewo chrupkie 20 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Szyńka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Pasta z twarogu i koperku 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 150 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kiszzonej kapusty z majerankiem i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Pierogi leniwe 250g (GLU, JAJ, MLE) Sos waniliowy 60 g (MLE) Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150 g (MLE) Woda z miętą i cytryną 200 ml	Krem z czerwonych warzyw z groszkiem ptysiowym i ziel 250 ml (GLU, JAJ) Klopsik z indyka z koperkiem gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos kremowy z tartą marchewką 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Woda z miętą i cytryną 200 ml	Kapuśniak z kiszzonej kapusty z majerankiem i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Klopsik z indyka z koperkiem gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zielenią 100 g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150 g (MLE) Groszek gotowany na parze 150 g Woda z miętą i cytryną 200 ml	Kapuśniak z kiszzonej kapusty z majerankiem i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Klopsik z indyka z koperkiem gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos kremowy z tartą marchewką 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Surówka z marchewki i jabłka z jogurtem 150 g (MLE) Woda z miętą i cytryną 200 ml	
	P	Jogurt naturalny 100g Płatki owsiane 20 g	1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Płatki owsiane 20 g	
	Kolekcja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mus z jabłka 20 g Ogórek kiszony b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mus z jabłka 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser mozzarella 30 g (MLE) Ogórek kiszony b/s 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser mozzarella 30 g (MLE) Ogórek kiszony b/s 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Deliser 1 szt (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Rukola 10 g Konfitura truskawkowa b/c 1 szt
	PH	Galaretki owocowa z brzoskwinia 200 g	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser biały - plaster z kleksem jogurtu naturalnego posypany pestkami dyni 40 g (MLE) Cykoria 20 g Herbata czarna 150 ml	Galaretki owocowa z brzoskwinia 100 g	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser biały - plaster z kleksem jogurtu naturalnego posypany pestkami dyni 40 g (MLE) Cykoria 20 g Herbata czarna b/c 150 ml	
2026-04-27 pomiędzydalek	Kcal: 2472.69 kcal; Białko ogółem: 92.17 g; Tłuszcz ogółem: 104.20 g; Węglowodany ogółem: 299.70 g; Kw. tł. nasycone: 45.05 g; Sól: 5.43 g; Sód: 1715.07 mg; Błonnik: 21.24 g; W tym cukry: 45.24 g;	Kcal: 2470.87 kcal; Białko ogółem: 98.79 g; Tłuszcz ogółem: 100.82 g; Węglowodany ogółem: 308.59 g; Kw. tł. nasycone: 45.10 g; Sól: 4.50 g; Sód: 1204.39 mg; Błonnik: 27.83 g; W tym cukry: 36.53 g;	Kcal: 2769.59 kcal; Białko ogółem: 125.44 g; Tłuszcz ogółem: 103.06 g; Węglowodany ogółem: 354.17 g; Kw. tł. nasycone: 52.16 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1467.95 mg; Błonnik: 31.60 g; W tym cukry: 43.03 g;	Kcal: 1500.81 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz ogółem: 43.46 g; Węglowodany ogółem: 207.23 g; Kw. tł. nasycone: 21.95 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1178.96 mg; Błonnik: 27.54 g; W tym cukry: 34.27 g;	Kcal: 2645.26 kcal; Białko ogółem: 122.88 g; Tłuszcz ogółem: 106.43 g; Węglowodany ogółem: 315.51 g; Kw. tł. nasycone: 54.36 g; Sól: 7.58 g; Sód: 2072.11 mg; Błonnik: 38.80 g; W tym cukry: 44.03 g;	Kcal: 504.66 kcal; Białko ogółem: 29.67 g; Tłuszcz ogółem: 18.71 g; Węglowodany ogółem: 68.46 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.05 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 3.91 g; W tym cukry: 19.30 g;

	WSD Ogólna	WSD łatwostrawna	WSD łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-28 wtorek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Serek wiejski 1 szt (MLE) Powidła - 1 szt/20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/5g (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Serek wiejski 1 szt (MLE) Konfitura morelowa 1 szt /20 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane 200 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1szt Połędwica ani drobiowa 20g (SOJ) Serek wiejski 1 szt (MLE) Ogórek świeży 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Serek wiejski 1 szt (MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Mix sałat 20 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml
	II Ś		Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko pieczone 1szt		Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Biszkopty 30g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko pieczone 1szt	
	Obiad	Meksykańska i ziel 250 ml (SEL) Roladki dr. z masłem i pietruszką panierowane, smażone 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 150 g Kompot z jabłek 200 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada dr. faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos bazyliowy 60 ml (GLU) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z jabłek 200 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada dr. faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem 100 g Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot z jabłek 200 ml	Krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada dr. faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos bazyliowy 60 ml (GLU) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g Surówka z kiszzonej kapusty z marchewką z olejem 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	
	P	Drożdżówka z budyniem i kruszonką 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Mleko gotowane z cynamonem 200 ml (MLE)		Desersojowy Alpro 125g 1 szt (SOJ)	Desersojowy Alpro 125g 1 szt (SOJ) Suchary b/c 20 g (GLU, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Łazanki z białej/kiszzonej kapusty z pieczarkami 100 g (GLU) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser biały - pasta z koperkiem 20 g (MLE) Rukola 10 g Mus z jabłka 20 g Herbata ziołowa rumianek 150 ml
	Pi	Actimel 1 szt (MLE)	Chlebpszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z jajka z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Buraczki gotowane kostka 60 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml	Actimel 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJ, GOR) Buraczki gotowane kostka 60 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml	
	Kcal: 2401.12 kcal; Białko ogółem: 91.20 g; Tłuszcz ogółem: 85.35 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; Kw. tł. nasycone: 37.27 g; Sól: 7.33 g; Sód: 2094.36 mg; Błonnik: 30.33 g; W tym cukry: 83.27 g;	Kcal: 2422.15 kcal; Białko ogółem: 97.68 g; Tłuszcz ogółem: 93.68 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g; Kw. tł. nasycone: 39.49 g; Sól: 6.58 g; Sód: 1717.17 mg; Błonnik: 19.28 g; W tym cukry: 67.01 g;	Kcal: 2871.47 kcal; Białko ogółem: 116.09 g; Tłuszcz ogółem: 99.46 g; Węglowodany ogółem: 374.35 g; Kw. tł. nasycone: 45.63 g; Sól: 7.67 g; Sód: 1909.42 mg; Błonnik: 26.17 g; W tym cukry: 88.83 g;	Kcal: 1463.87 kcal; Białko ogółem: 72.42 g; Tłuszcz ogółem: 50.57 g; Węglowodany ogółem: 190.10 g; Kw. tł. nasycone: 17.70 g; Sól: 5.16 g; Sód: 1441.53 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 62.74 g;	Kcal: 2805.30 kcal; Białko ogółem: 104.73 g; Tłuszcz ogółem: 124.70 g; Węglowodany ogółem: 311.26 g; Kw. tł. nasycone: 45.47 g; Sól: 8.45 g; Sód: 2011.40 mg; Błonnik: 38.58 g; W tym cukry: 78.18 g;	Kcal: 567.91 kcal; Białko ogółem: 33.91 g; Tłuszcz ogółem: 15.40 g; Węglowodany ogółem: 67.88 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 2.94 g; Sód: 639.93 mg; Błonnik: 3.71 g; W tym cukry: 25.49 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-04-29 Środa	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Ser mozzarella z oliwą 30g/1g 30 g (MLE) Pasta z zielonych warzyw z natką pietruszki 60 g Mus z jabłka 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella z oliwą 30g/1g 30 g (MLE) Pasta z zielonych warzyw z natką pietruszki 60 g Mus z jabłka 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella z oliwą 30g/1g 30 g (MLE) Pasta z zielonych warzyw z natką pietruszki 60 g Jabłko 1 szt Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella z oliwą 30g/1g 30 g (MLE) Pasta z zielonych warzyw z natką pietruszki 60 g Jabłko 1 szt Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Deliser 1 szt (MLE) Roszponka 10 g Konfitura truskawkowa 1 szt/20 g	
		II Ś	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 10 g Bawarka gotowana na mleku 150 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Gruszka 1 szt Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 20 g Bawarka gotowana na mleku b/c 150 ml (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 10 g Bawarka gotowana na mleku 150 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Gruszka 1 szt Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 20 g Bawarka gotowana na mleku b/c 150 ml (MLE)	
	Obiad	Minestrone z ziel 250 ml (SEL, SO2) Penne z warzywami i kurczakiem sosie beszamelowym, posypane świeżą kolendrą 300 g (SEL, MLE, JAJ) Surówka z pora, jabłka i kukurydzy z oliwą 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml	Krem z cukinii z grzankami zielowymi i zielenią 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem posypane świeżą kolendrą 300 g (SEL) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krem z cukinii z grzankami zielowymi i zielenią 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem posypane świeżą kolendrą 200 g (SEL) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krem z cukinii z grzankami zielowymi i zielenią 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Risotto z ryżu brązowego z warzywami i kurczakiem posypane świeżą kolendrą 300 g (SEL) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Surówka z pora, jabłka i kukurydzy z majonezem 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml		
		P	Kisiel owocowy z tartym jabłkiem polany jogurtem naturalnym 250 ml (MLE)	Kisiel owocowy z tartym jabłkiem polany jogurtem naturalnym 250 ml (MLE)	Kisiel owocowy b/c z tartą gruszką polany jogurtem naturalnym 250 ml (MLE)		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Pasta z ryby z jarzynami i jajkiem 60 g (RYB, JAJ, SEL) Konfitura morelowa 1 szt/20 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z ryby z jarzynami i jajkiem 60 g (RYB, JAJ, SEL) Konfitura morelowa 1 szt/20 g Buraczki gotowane kostka 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z ryby z jarzynami i jajkiem 60 g (RYB, JAJ, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Buraczki gotowane kostka 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z ryby z jarzynami i jajkiem 60 g (RYB, JAJ, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Buraczki gotowane kostka 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Salata masłowa 8 g	
		Pn	Kefir 200g 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Szpinak baby 10 g Mus z truskawek 20 g Herbata ziołowa mięta 150 ml	Kefir 200g 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Szpinak baby 20 g Mus z truskawek 20 g Herbata ziołowa mięta b/c 150 ml	
	Kcal: 2484.05 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz ogółem: 129.13 g; Węglowodany ogółem: 185.56 g; Kw. tł. nasycone: 43.04 g; Kw. tł. 6.54 g; Sód: 904.74 mg; Błonnik: 33.52 g; W tym cukry: 56.09 g;	Kcal: 2430.20 kcal; Białko ogółem: 81.05 g; Tłuszcz ogółem: 139.79 g; Węglowodany ogółem: 229.57 g; Kw. tł. nasycone: 42.33 g; Sól: 4.67 g; Sód: 1005.13 mg; Błonnik: 25.47 g; W tym cukry: 29.33 g;	Kcal: 2933.11 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz ogółem: 160.24 g; Węglowodany ogółem: 291.72 g; Kw. tł. nasycone: 51.73 g; Sól: 6.66 g; Sód: 1364.49 mg; Błonnik: 29.41 g; W tym cukry: 34.17 g;	Kcal: 1504.91 kcal; Białko ogółem: 58.80 g; Tłuszcz ogółem: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 171.26 g; Kw. tł. nasycone: 19.26 g; Sól: 2.93 g; Sód: 672.86 mg; Błonnik: 28.19 g; W tym cukry: 44.15 g;	Kcal: 3081.73 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz ogółem: 170.07 g; Węglowodany ogółem: 307.37 g; Kw. tł. nasycone: 56.56 g; Sól: 7.07 g; Sód: 1513.84 mg; Błonnik: 47.82 g; W tym cukry: 62.76 g;	Kcal: 756.97 kcal; Białko ogółem: 51.02 g; Tłuszcz ogółem: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 57.74 g; Kw. tł. nasycone: 24.00 g; Sól: 3.65 g; Sód: 563.43 mg; Błonnik: 3.29 g; W tym cukry: 18.43 g;	

		WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-04-30 czwartek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Maszeta drobiowy zapiekany 60 g (GLU) Pasta z jajka z majonezem i szczypiorkiem 60 g (JAJ, GOR) Konfitura truskawkowa 1 szt / 20 g Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, GOR) Konfitura truskawkowa 1 szt / 20 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, GOR) Papryka świeża 60 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, GOR) Papryka świeża 60 g Roszponka 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Ogórek kiszony 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 200 ml	
	II ś			Kefir 200g 1 szt (MLE) Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko gotowane 1 szt		Kefir 200g 1 szt (MLE) Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko gotowane 1 szt	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami i ziel 250 ml (SEL) Pyzy z mięsem gotowane, okraszone 300 g (GLU, JAJ, SOJ) Ogórek kiszony ćw. b/s 150 g Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml/3g	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami gotowany 150 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna z zieleńką 200 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot wieloowocowy z cukrem 200 ml/3g	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami gotowany 150 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna z zieleńką 100 g (GLU) Ogórek kiszony b/s ćw. 150 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami gotowany 150 g (GLU, SEL) Kasza jęczmienna z zieleńką 100 g (GLU) Ogórek kiszony b/s ćw. 150 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wieprzowy z warzywami gotowany 150 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna z zieleńką 200 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Ogórek kiszony ćw. b/s 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	
P	Kasza manna z musem truskawkowym 200 g (GLU, MLE)			Kasza manna z musem truskawkowym b/c 200 g (GLU, MLE)			
Kolejnia	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka na parze - wędlina 40 g Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Miód sztokowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Rukola 20 g Miód sztokowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Rukola 20 g Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Szpinak baby 20 g Mus z truskawk 20 g		
	Jogurt naturalny z wanilią 1 szt (MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pomidor z mozzarellą i sosem bazyliowym 60 g (MLE) Mleko gotowane 150 ml (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pomidor z mozzarellą i sosem bazyliowym 60 g (MLE) Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)		
Pn	Kcal: 2623.81 kcal; Białko ogółem: 92.80 g; Tłuszcz ogółem: 108.37 g; Węglowodany ogółem: 324.46 g; Kw. tł. nasycone: 50.38 g; Sól: 25.63 g; Sód: 2185.09 mg; Błonnik: 19.57 g; W tym cukry: 49.45 g;	Kcal: 2423.60 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz ogółem: 77.96 g; Węglowodany ogółem: 336.81 g; Kw. tł. nasycone: 38.68 g; Sól: 4.91 g; Sód: 1004.22 mg; Błonnik: 22.97 g; W tym cukry: 41.91 g;	Kcal: 2990.24 kcal; Białko ogółem: 134.09 g; Tłuszcz ogółem: 103.01 g; Węglowodany ogółem: 387.20 g; Kw. tł. nasycone: 53.57 g; Sól: 6.30 g; Sód: 1310.20 mg; Błonnik: 28.06 g; W tym cukry: 65.93 g;	Kcal: 1566.20 kcal; Białko ogółem: 83.85 g; Tłuszcz ogółem: 52.39 g; Węglowodany ogółem: 200.32 g; Kw. tł. nasycone: 24.70 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1747.13 mg; Błonnik: 22.10 g; W tym cukry: 45.13 g;	Kcal: 2894.05 kcal; Białko ogółem: 136.09 g; Tłuszcz ogółem: 104.39 g; Węglowodany ogółem: 356.02 g; Kw. tł. nasycone: 53.92 g; Sól: 9.18 g; Sód: 2466.23 mg; Błonnik: 38.11 g; W tym cukry: 69.87 g;	Kcal: 548.58 kcal; Białko ogółem: 29.98 g; Tłuszcz ogółem: 19.81 g; Węglowodany ogółem: 53.22 g; Kw. tł. nasycone: 15.51 g; Sól: 3.07 g; Sód: 860.14 mg; Błonnik: 4.75 g; W tym cukry: 21.51 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/Z ogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-01 piątek świętego Pracy	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka na parze - wędlina 40 g Paprykarz 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Konfitura morelowa 1 szt/20 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paprykarz 100 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Konfitura morelowa 1 szt/20 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Paprykarz 100 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Paprykarz 100 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Edam” 20 g (MLE) Pomidory koktajlowe 20 g Ogórek świeży b/skóry 20 g	
	II S		Wafle ryżowe 30 g Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mix sałat 50 g Banan 1 szt Herbata owocowa malinowa 250 ml		Wafle ryżowe 30 g Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mix sałat 50 g Banan 1 szt Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml		
	Obiad	Brokułowa z kaszą jaglaną i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny gotowany na wywarze jarzynowym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleńką 200 g Kalafor gotowany na parze 150 g Marchewka Junior gotowana 150 g Kompot z truskawek z cukrem 200 ml /3g	Brokułowa z kaszą jaglaną i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny gotowany na wywarze jarzynowym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleńką 200 g Kalafor gotowany na parze 150 g Marchewka Junior gotowana 150 g Kompot z truskawek z cukrem 200 ml /3g	Brokułowa z kaszą jaglaną i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny gotowany na wywarze jarzynowym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane z zieleńką 100 g Kalafor gotowany na parze 150 g Surówka tęczowa z kapustą czerwoną i białą, papryką, marchewką i olejem 150 g Kompot z truskawek b / c 200 ml	Brokułowa z kaszą jaglaną i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pulpet rybny gotowany na wywarze jarzynowym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleńką 200 g Kalafor gotowany na parze 150 g Surówka tęczowa z kapustą czerwoną i białą, papryką, marchewką i olejem 150 g Kompot z truskawek b / c 200 ml		
	P	Pierogi z truskawkami 150 g (GLU, JAJ, MCK) Sos jogurtowy na słodko 30 g (MLE)		Serek Bieluch 1 szt (MLE)	Serek Bieluch 1 szt (MLE) Musli b/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kiwi b/s 40 g		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany z wanilią 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Papryka świeża 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml /3 g (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany z wanilią 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 8 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany z wanilią 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 8 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata masłowa 8 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata masłowa 8 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1szt 1 szt (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Ogórek kiszony b/s 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml
	Pn	Mleko waniliowe 1 szt 200 ml (MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pasta jarzynowa z jajkiem i koperkiem 60 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Herbata zielona z plasterkiem pomarańczy 150 ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pasta jarzynowa z jajkiem i koperkiem 60 g (JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Papryka świeża 60 g Herbata zielona b/c z plasterkiem pomarańczy 150 ml	
		Kcal: 2608.54 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz ogółem: 114.47 g; Węglowodany ogółem: 299.47 g; Kw. tł. nasycone: 51.56 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1082.91 mg; Błonnik: 30.06 g; W tym cukry: 69.98 g;	Kcal: 2425.75 kcal; Białko ogółem: 102.95 g; Tłuszcz ogółem: 97.52 g; Węglowodany ogółem: 297.96 g; Kw. tł. nasycone: 50.90 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1073.65 mg; Błonnik: 20.37 g; W tym cukry: 48.42 g;	Kcal: 2905.90 kcal; Białko ogółem: 122.38 g; Tłuszcz ogółem: 114.23 g; Węglowodany ogółem: 363.97 g; Kw. tł. nasycone: 60.20 g; Sól: 6.73 g; Sód: 1156.41 mg; Błonnik: 25.94 g; W tym cukry: 78.24 g;	Kcal: 1448.52 kcal; Białko ogółem: 88.88 g; Tłuszcz ogółem: 52.21 g; Węglowodany ogółem: 166.95 g; Kw. tł. nasycone: 29.21 g; Sól: 5.26 g; Sód: 730.11 mg; Błonnik: 22.86 g; W tym cukry: 37.84 g;	Kcal: 2790.70 kcal; Białko ogółem: 133.62 g; Tłuszcz ogółem: 109.66 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; Kw. tł. nasycone: 55.34 g; Sól: 8.86 g; Sód: 1361.59 mg; Błonnik: 42.22 g; W tym cukry: 93.16 g;	Kcal: 769.26 kcal; Białko ogółem: 51.70 g; Tłuszcz ogółem: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 51.17 g; Kw. tł. nasycone: 25.25 g; Sól: 3.89 g; Sód 789.19 mg; Błonnik: 3.69 g; W tym cukry: 20.34 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-02 sobota Dzień pomarańczowy	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Parówka drobiowa b/s na ciepło 2 szt Ketchup 10 g Hummus domowy z marchewką 60 g (SOJ) Mandarynka 1 szt Ogórek kiszony 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Bułka poznarska 1szt 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny z brzoskwinia 100g 1szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Ogórek kiszony 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Ogórek kiszony 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy „Gouda” 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g Sałata masłowa 1 szt 8 g Konfitura morelowa 1szt / 20 g	
	II ś		Skyr naturalny 100g 1 szt (MLE) Musli z suszonymi owocami (suche) 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		Skyr naturalny 100g 1 szt (MLE) Musli z suszonymi owocami (suche) 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Mandarynka 1 szt b/s Czekolada b/c „Wedel” 16 g (GLU)		
	Obiad	Pomidorowa z brązowym makaronem 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem gotowana 180g (MLE, SEL) Ryż czerwony z ziel, got 200 g Surówka z buraczków z cebulką 150 g Dyńa gotowana 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pomidorowa z brązowym makaronem 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem gotowana 180g (MLE, SEL) Ryż czerwony z ziel got 200 g Szpinak duszony 150 g (GLU) Dyńa gotowana 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pomidorowa z brązowym makaronem 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem gotowana 180g (MLE, SEL) Ryż czerwony z ziel got 100 g Surówka z buraczków z cebulką 150 g (GLU) Dyńa gotowana 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pomidorowa z brązowym makaronem 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL, MCK) Potrawka drobiowa z zielonym groszkiem gotowana 180g (MLE, SEL) Ryż czerwony z ziel got 200 g Surówka z buraczków z cebulką 150 g (GLU) Dyńa gotowana 150 g Woda z pomarańczą 200 ml		
	P	Koktajl z cz. porzeczką na maślanie 200 ml (MLE) Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE)			Koktajl z cz. porzeczką na maślanie b/c 200 ml (MLE)	Koktajl z cz. porzeczką na maślanie b/c 200 ml (MLE) Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 30 g (SOJ) Ser podpuszczkowy „Gouda” 30 g (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwa 20/40 g/1 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser mozzarella 40 g (MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwa 20/40 g/1 g Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Konfitura truskawkowa 1 szt / 2 0 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Ser mozzarella 20 g (MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwa 20/40 g/1 g Papryka świeża 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Ser mozzarella 40 g (MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwa 20/40 g/1 g Papryka świeża 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Roszonka 10 g Miód sztokowy 25g 1 szt Herbata ziołowa melisa 150 ml	
	Pn	Sok pomidorowy łagodny 1 szt		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Jabłko gotowane 1 szt Herbata ziołowa rumianek 150 ml	Sok pomidorowy łagodny 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Jabłko gotowane 1 szt Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	
	Kcal: 2770.86 kcal; Białko ogółem: 99.37 g; Tłuszcz ogółem: 113.76 g; Węglowodany ogółem: 340.08 g; Kw. tł. nasycone: 43.71 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2673.42 mg; Błonnik: 45.38 g; W tym cukry: 73.38 g;	Kcal: 2380.64 kcal; Białko ogółem: 98.37 g; Tłuszcz ogółem: 89.94 g; Węglowodany ogółem: 307.03 g; Kw. tł. nasycone: 41.11 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1101.42 mg; Błonnik: 33.14 g; W tym cukry: 47.09 g;	Kcal: 2895.20 kcal; Białko ogółem: 128.66 g; Tłuszcz ogółem: 111.85 g; Węglowodany ogółem: 367.42 g; Kw. tł. nasycone: 60.64 g; Sól: 6.39 g; Sód: 1243.84 mg; Błonnik: 37.65 g; W tym cukry: 63.59 g;	Kcal: 1552.58 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz ogółem: 53.63 g; Węglowodany ogółem: 196.28 g; Kw. tł. nasycone: 22.55 g; Sól: 3.98 g; Sód: 1131.91 mg; Błonnik: 29.01 g; W tym cukry: 41.01 g;	Kcal: 3145.58 kcal; Białko ogółem: 133.35 g; Tłuszcz ogółem: 122.21 g; Węglowodany ogółem: 406.94 g; Kw. tł. nasycone: 62.85 g; Sól: 9.84 g; Sód: 2625.78 mg; Błonnik: 47.78 g; W tym cukry: 78.54 g;	Kcal: 577.65 kcal; Białko ogółem: 30.93 g; Tłuszcz ogółem: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 96.88 g; Kw. tł. nasycone: 10.44 g; Sól: 2.79 g; Sód: 389.26 mg; Błonnik: 3.60 g; W tym cukry: 20.08 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-03 niedziela	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Serek homogenizowany waniliowy 1 szt (MLE) Konfitura truskawkowa 1 szt / 20 g Pomidor b/s z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany waniliowy 1 szt (MLE) Konfitura truskawkowa 1 szt / 20 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 1 szt (MLE) Spinak baby 20 g Pomidor b/skóry z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 1 szt (MLE) Spinak baby 20 g Pomidor b/skóry z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Roszponka 20 g Ogórek kiszony b/s 20 g Herbata z cytryną i cukrem 150 ml	
	II S			Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 150 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Ogórek kiszony b/s 20 g Sałata masłowa 16 g Herbata ziołowa b/c mięta 150 ml	
	Obiad	Kaszka kukurydziana na rosoloz zieleńią 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Buraczki got tartare 150 g (MLE) Cukinia duszona na ciepło 150 g Woda z mięta 200 ml	Kaszka kukurydziana na rosoloz zieleńią 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Buraczki got tartare 150 g (MLE) Cukinia duszona na ciepło 150 g Woda z mięta 200 ml	Kaszka kukurydziana na rosoloz zieleńią 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleńią 100 g Surówka z marchewki i ananasa z olejem 150 g Cukinia duszona na ciepło 150 g Woda z mięta 200 ml	Kaszka kukurydziana na rosoloz zieleńią 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Surówka z marchewki i ananasa z olejem 150 g Cukinia duszona na ciepło 150 g Woda z mięta 200 ml		
	P	Jabłko pieczone z cynamonem 150 g/1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU, SOJ, MLE)					
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Frankfurterki na ciepło 2 szt (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Musztarda 10 g (GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Konfitura morelowa 1 szt / 20 g Cykoria 20 g Pomidory koktajlowe 40 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Konfitura morelowa 1 szt / 20 g Cykoria 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Cykoria 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Cykoria 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Fromage 20 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 20 g Sałata masłowa 8 g Konfitura morelowa 1 szt/ 20 g	
Ph	Serek wiejski 1 szt (MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 1 szt (MLE) Mix sałat 10 g Banan 1 szt Herbata owocowa truskawkowa 150 ml	Serek wiejski 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 1 szt (MLE) Mix sałat 10 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml		
	Kcal: 2625.34 kcal; Białko ogółem: 97.32 g; Tłuszcz ogółem: 138.12 g; Węglowodany ogółem: 267.50 g; Kw. tł. nasycone: 43.23 g; Sól: 6.29 g; Sód: 1158.67 mg; Błonnik: 28.03 g; W tym cukry: 76.44 g;	Kcal: 2338.38 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz ogółem: 101.27 g; Węglowodany ogółem: 276.61 g; Kw. tł. nasycone: 37.29 g; Sól: 5.00 g; Sód: 1088.95 mg; Błonnik: 23.33 g; W tym cukry: 66.45 g;	Kcal: 2624.65 kcal; Białko ogółem: 123.12 g; Tłuszcz ogółem: 96.15 g; Węglowodany ogółem: 344.71 g; Kw. tł. nasycone: 39.34 g; Sól: 6.71 g; Sód: 1384.23 mg; Błonnik: 29.65 g; W tym cukry: 78.50 g;	Kcal: 1447.76 kcal; Białko ogółem: 73.73 g; Tłuszcz ogółem: 48.55 g; Węglowodany ogółem: 190.20 g; Kw. tł. nasycone: 19.66 g; Sól: 3.00 g; Sód: 712.54 mg; Błonnik: 24.92 g; W tym cukry: 57.06 g;	Kcal: 2736.64 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz ogółem: 127.16 g; Węglowodany ogółem: 297.13 g; Kw. tł. nasycone: 44.20 g; Sól: 6.87 g; Sód: 1517.00 mg; Błonnik: 39.98 g; W tym cukry: 62.35 g;	Kcal: 518.40 kcal; Białko ogółem: 22.46 g; Tłuszcz ogółem: 10.21 g; Węglowodany ogółem: 67.40 g; Kw. tł. nasycone: 13.08 g; Sól: 2.26 g; Sód: 536.79 mg; Błonnik: 3.94 g; W tym cukry: 26.70 g;	

