

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
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) Pasta z twarogu i tartego buraka 60 g (MLE) Konfitura morelowa 1 szt Pomidor b/s z cebulką 60g/3g 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 - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu i tartego buraka 60 g (MLE) Konfitura morelowa 1 szt Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)		Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu i tartego buraka 40 g (MLE) Pomidor b/s z cebulką 60 g Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z twarogu i tartego buraka 60 g (MLE) Pomidor b/s z cebulką 60 g Szpinak baby 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek puszysty Tartare 1szt 1szt (MLE) Ser podpuszczkowy Edam 20 g (MLE) Pasta z kalafiora 20 g Herbata owocowa truskawkowa b/c 150 ml
	II Ś		Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt Biszkopty 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)		Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	
Obiad	Zupa gulaszowa z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, SEL) Falafel - kotleciki z ciecioriki pieczone 100g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ) Sos słodko kwaśny 60 ml (GLU, SEL) Ryz brązowy na sypko z koperkiem 200 g Surówka bankietowa z kapustą pekińską, papryką, cebulą, ogórkiem kiszonym, porem i marchewką 150 g Kompot wieloowocowy z cukrem 200ml/3g	Zupa owocowa z makaronem zacierką zabilana 250 ml (GLU, JAJ) Rolada dr. faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos ziołowo - pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 200g Buraczki gotowane tarte 150 g Kompot wieloowocowy z cukrem 200ml/3g		Zupa owocowa z makaronem zacierką zabilana 150 ml (GLU, JAJ) Rolada dr. faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 100 g Surówka bankietowa z kapustą pekińską, papryką, cebulą, ogórkiem kiszonym, porem i marchewką 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Zupa owocowa z makaronem zacierką zabilana 250 ml (GLU, JAJ) Rolada dr. faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos ziołowo - pomidorowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 200 g Surówka bankietowa z kapustą pekińską, papryką, cebulą, ogórkiem kiszonym, porem i marchewką 150 g Buraczki gotowane 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	
	P	Budyń czekoladowy gotowany na mleku z wiśniami 250 ml (MLE)	Budyń waniliowy na mleku z kostką jabłka 250 ml (MLE)	Budyń waniliowy na mleku z kostką jabłka b/c 150 ml (MLE)		
Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlna 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got ze szczyptorkiem 1 szt (JAJ) Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Polędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Jajko got. z koperkiem 1 szt (JAJ) Sałata masłowa 16 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Polędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Jajko got. z koperkiem 1 szt (JAJ) Sałata masłowa 16 g Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Polędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Jajko got. ze szczyptorkiem 1 szt (JAJ) Sałata masłowa 16 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Polędwica 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
	Ph	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt 1 szt	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 60 g Roszponka 10 g Mleko gotowane z cynamonem 150 ml (MLE)	Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Polędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 60 g Roszponka 10 g Mleko gotowane z cynamonem 150ml (MLE)	
	Kcal: 2572.60 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz ogółem: 113.23 g; Węglowodany ogółem: 324.74 g; Kw. tł. nasycone: 37.65 g; Sól: 8.43 g; Sód: 1637.53 mg; Błonnik: 42.64 g; W tym cukry: 63.45 g;	Kcal: 2498.50 kcal; Białko ogółem: 85.75 g; Tłuszcz ogółem: 110.84 g; Węglowodany ogółem: 305.36 g; Kw. tł. nasycone: 37.67 g; Sól: 4.90 g; Sód: 1169.05 mg; Błonnik: 19.17 g; W tym cukry: 70.63 g	Kcal: 3031.21 kcal; Białko ogółem: 103.48 g; Tłuszcz ogółem: 133.45 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Kw. tł. nasycone: 50.28 g; Sól: 6.33 g; Sód: 1503.18 mg; Błonnik: 23.13 g; W tym cukry: 82.58 g	Kcal: 1522.40 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz ogółem: 46.68 g; Węglowodany ogółem: 220.99 g; Kw. tł. nasycone: 14.72 g; Sól: 5.52 g; Sód: 1726.11 mg; Błonnik: 25.10 g; W tym cukry: 57.47 g	Kcal: 2604.65 kcal; Białko ogółem: 102.94 g; Tłuszcz ogółem: 95.44 g; Węglowodany ogółem: 337.17 g; Kw. tł. nasycone: 44.77 g; Sól: 7.79 g; Sód: 2052.79 mg; Błonnik: 38.23 g; W tym cukry: 71.83 g	Kcal: 848.24 kcal; Białko ogółem: 54.82 g; Tłuszcz ogółem: 42.64 g; Węglowodany ogółem: 63.37 g; Kw. tł. nasycone: 26.04 g; Sól: 3.58 g; Sód: 656.79 mg; Błonnik: 3.94 g; W tym cukry: 32.75 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-05 wtorek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Ser mozzarella 40 g (<i>MLE</i>) Powidła śliwkowe 30 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (<i>MLE</i>)	Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Ser mozzarella 40 g (<i>MLE</i>) Konfitura truskawkowa 1 szt Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (<i>MLE</i>)	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Galareta drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Ser mozzarella 40 g (<i>MLE</i>) Szpinał baby 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (<i>MLE</i>)	Chleb graham 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (<i>SEL</i>) Ser mozzarella 40 g (<i>MLE</i>) Konfitura truskawkowa 1 szt Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (<i>MLE</i>)	Mleko gotowane 150 ml (<i>MLE</i>) Musli b/d/c 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>) Połędwica ani drobiowa 20 g (<i>SOJ</i>) Ser podpuszczkowy Gouda20g (<i>MLE</i>) Serek kanapkowy z ziołami 17 g (<i>MLE</i>) Cykorია 10 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml
	II Ś		Pieczewo chrupkie 30 g (<i>GLU, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Schabbenedyktyński 20 g (<i>SOJ</i>) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (<i>JAJ, GOR</i>) Serek puszysty Tartare 1 szt (<i>MLE</i>) Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml		Pieczewo chrupkie 30 g (<i>GLU, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (<i>JAJ, GOR</i>) Schab benedyktyński 20 g (<i>SOJ</i>) Serek puszysty Tartare 1 szt (<i>MLE</i>) Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml	
	Obiad	Zupa kapuśniak z kiszanej kapusty z majerankiem, ziemniakami i zieleciną 250 ml (<i>SEL</i>) Kurczak po chińsku (100g mięso, 80g sos) 180 g (<i>GLU</i>) Kasza bulgur got z zieleciną 200 g (<i>GLU</i>) Surówka z marchwi, pora, jabłka i kukurydzy 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i zieleciną 250 ml (<i>MLE, SEL, SOZ</i>) Zraz wp mielony nadziewany marchewką, gotowany 100 g (<i>GLU, SOJ</i>) Sos szpinakowy 60 ml (<i>GLU</i>) Kasza bulgur got z zieleciną 200 g (<i>GLU</i>) Kalańior gotowany na parze 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i zieleciną 250 ml (<i>MLE, SEL, SOZ</i>) Zraz wp mielony nadziewany marchewką, gotowany 100 g (<i>GLU, SOJ</i>) Kasza bulgur got z zieleciną 100 g (<i>GLU</i>) Kalańior gotowany na parze 150 g Surówka z marchwi, pora, jabłka i kukurydzy 150 g Woda z cytryną 200 ml	Zupa krem z białych warzyw z groszkiem ptysiowym i zieleciną 250 ml (<i>MLE, SEL, SOZ</i>) Zraz wp mielony nadziewany marchewką, gotowany 100 g (<i>GLU, SOJ</i>) Sos szpinakowy 60 ml (<i>GLU</i>) Kasza bulgur got z zieleciną 200 g (<i>GLU</i>) Kalańior gotowany na parze 150 g Surówka z marchwi, pora, jabłka i kukurydzy 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Mus wieloowocowy 100g 1 szt Podpłomyki b/c 1 szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>)		Mus wieloowocowy 100g 1 szt	Mus wieloowocowy 100g 1 szt Podpłomyki b/c 1 szt (<i>GLU, SOJ, MLE</i>)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka na parze - wędlna 40 g Twarożek z pomidorami 60 g (<i>MLE</i>) Buraczki gotowane kostka z serem feta i prażonym słonecznikiem 40 g Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c 150 ml	Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica drobiowa 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twarożek z pomidorami 60 g (<i>MLE</i>) Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Połędwica drobiowa 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twarożek z pomidorami 60 g (<i>MLE</i>) Buraczki gotowane kostka z serem feta i prażonym słonecznikiem 40 g Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Chleb graham 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Połędwica drobiowa 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Twarożek z pomidorami 60 g (<i>MLE</i>) Buraczki gotowane kostka z serem feta i prażonym słonecznikiem 40 g Mix sałat 20 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	Mleko gotowane 150 ml (<i>MLE</i>) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlna 20 g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (<i>MLE</i>) Ser podpuszczkowy Tylżycki20g (<i>MLE</i>) Pasta z brokuła 20 g Konfitura morelowa 1 szt
	Pn	Skyr naturalny 1 szt 1 szt (<i>MLE</i>)	Chleb pszenny 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynka delikatna z fileta 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</i>) Skyr naturalny 1 szt (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 50 g Herbata zielona 150 ml	Skyr naturalny 1 szt 1 szt (<i>MLE</i>)	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynka delikatna z fileta 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ</i>) Skyr naturalny 1 szt (<i>MLE</i>) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 50 g Herbata zielona b/c 150 ml	
2026-05-05	Kcal: 2421.40 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz ogółem: 118.65 g; Węglowodany ogółem: 222.09 g; Kw. tł. nasycone: 40.13 g; Sól: 4.12 g; Sód: 1111.05 mg; Błonnik: 31.58 g; W tym cukry: 31.57 g	Kcal: 2336.80 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz ogółem: 113.44 g; Węglowodany ogółem: 233.62 g; Kw. tł. nasycone: 41.85 g; Sól: 5.05 g; Sód: 1053.67 mg; Błonnik: 27.71 g; W tym cukry: 23.13 g	Kcal: 2518.67 kcal; Białko ogółem: 124.33 g; Tłuszcz ogółem: 105.42 g; Węglowodany ogółem: 284.18 g; Kw. tł. nasycone: 52.92 g; Sól: 7.12 g; Sód: 1360.03 mg; Błonnik: 31.89 g; W tym cukry: 25.96 g	Kcal: 1394.58 kcal; Białko ogółem: 91.08 g; Tłuszcz ogółem: 48.64 g; Węglowodany ogółem: 160.08 g; Kw. tł. nasycone: 19.01 g; Sól: 4.67 g; Sód: 932.20 mg; Błonnik: 30.60 g; W tym cukry: 29.34 g	Kcal: 2549.07 kcal; Białko ogółem: 125.19 g; Tłuszcz ogółem: 108.21 g; Węglowodany ogółem: 291.98 g; Kw. tł. nasycone: 53.20 g; Sól: 7.77 g; Sód: 1624.73 mg; Błonnik: 46.34 g; W tym cukry: 34.27 g;	Kcal: 609.75 kcal; Białko ogółem: 35.32 g; Tłuszcz ogółem: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 59.06 g; Kw. tł. nasycone: 18.30 g; Sól: 3.16 g; Sód: 894.94 mg; Błonnik: 3.58 g; W tym cukry: 19.83 g

		WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-06 środa	Śniadanie	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 zielona 60 g Kakao gotowane na mleku 250 ml (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 naturalny 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 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 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 150g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g (GLU, SOJ) 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 i pestkami słonecznika 200 ml (GLU, MLE)		Owsianka gotowana na mleku z bananem i pestkami słonecznika 200 ml (GLU, MLE)	
	Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw z zieleniną podany z grzankami i pestkami dyni 250 ml (SEL) Kotlet pożarski z cebulką pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleniną 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Kompot z jabłek 200 ml	Zupa krem z zielonych warzyw z zieleniną podany z grzankami i pestkami dyni 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Pulpet drobiowy gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy zabieleny 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleniną 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Kompot z jabłek 200 ml		Zupa krem z zielonych warzyw z zieleniną podany z grzankami i pestkami dyni 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Pulpet drobiowy gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Ziemniaki gotowane z zieleniną 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	Zupa krem z zielonych warzyw z zieleniną podany z grzankami i pestkami dyni 250 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Pulpet drobiowy gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy zabieleny 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleniną 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	
	P	Mleko truskawkowe 200 ml (MLE) Wafle ryżowe 1 szt 10 g			Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Wafle ryżowe 1 szt 10 g Pomarańcza 1 szt	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka micchatowej 40 g (GLU) Sałatka makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem i groszkiem 100 g (JAJ, 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 makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem i 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 makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem 50 g (JAJ, MLE, GOR) 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 makaronowa z żytńskiego makaronu z kurczakiem 100g (JAJ, 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) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Deliser 1 szt (MLE) Ser biały - plaster z koperkiem 20 g (MLE) Mix sałat z miodnymi listkami buraczka 10 g
	PI	Mandarynka 1 szt Ciastka kruche z marmoladą 3szt 40 g	Banan 1 szt Biszkopty 5szt 17 g	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. z koperkiem 1 szt (JAJ) Pomidory koktajlowe 60 g Jabłko gotowane 1 szt Herbata ziołowa rumianek 150 ml	Mandarynka 1 szt	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. z koperkiem 1 szt (JAJ) Pomidory koktajlowe 60 g Jabłko gotowane 1 szt Herbata ziołowa b/c rumiankowa 150 ml	
	Kcal: 2595.85 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz ogółem: 135.62 g; Węglowodany ogółem: 260.78 g; Kw. tł. nasycone: 47.33 g; Sól: 6.06 g; Sód: 1126.72 mg; Błonnik: 32.26 g; W tym cukry: 69.02 g	Kcal: 2523.20 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz ogółem: 101.87 g; Węglowodany ogółem: 312.55 g; Kw. tł. nasycone: 42.39 g; Sól: 5.81 g; Sód: 1260.15 mg; Błonnik: 31.42 g; W tym cukry: 84.02 g	Kcal: 2770.86 kcal; Białko ogółem: 131.54 g; Tłuszcz ogółem: 101.53 g; Węglowodany ogółem: 354.82 g; Kw. tł. nasycone: 48.47 g; Sól: 7.00 g; Sód: 1506.13 mg; Błonnik: 36.02 g; W tym cukry: 77.24 g	Kcal: 1622.80 kcal; Białko ogółem: 82.41 g; Tłuszcz ogółem: 56.50 g; Węglowodany ogółem: 213.21 g; Kw. tł. nasycone: 21.37 g; Sól: 3.61 g; Sód: 752.63 mg; Błonnik: 35.47 g; W tym cukry: 53.05 g	Kcal: 2909.73 kcal; Białko ogółem: 133.23 g; Tłuszcz ogółem: 110.65 g; Węglowodany ogółem: 370.53 g; Kw. tł. nasycone: 49.03 g; Sól: 7.34 g; Sód: 1546.87 mg; Błonnik: 54.85 g; W tym cukry: 97.47 g	Kcal: 535.45 kcal; Białko ogółem: 33.92 g; Tłuszcz ogółem: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 58.49 g; Kw. tł. nasycone: 13.65 g; Sól: 2.59 g; Sód: 343.18 mg; Błonnik: 3.91 g; W tym cukry: 18.66 g	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka na parze - wędlina 40 g Serek wiejski 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 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) Serek wiejski 1 szt (MLE) Serek wiejski 1 szt (MLE) Ser mozzarella 40 g (MLE) Rukola 20 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) Serek wiejski 1 szt (MLE) Ser mozzarella 30 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 drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek wiejski 1 szt (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) Serek wiejski 1 szt (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) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Ser mozzarella 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g Sałata masłowa 8 g
	II Ś		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 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 Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c rumianek 150 ml	
Obiad	Zupa warzywna z brukselką, z ziemniakami i ziel 250 ml (MLE, SEL) Kurczak w kremowym sosie z cukinią (100g mięso, 100g sos) 200 g (MLE) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Kaszka manna na rosole z warzywami i zieleńią 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada dr. z warzywami na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos beszamelowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Marchew junior 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 1 szt Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa rumianek 150 ml	Zupa warzywna z brukselką, z ziemniakami i zieleńią 250 ml (MLE, SEL) Rolada dr. z warzywami na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleńią 100 g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z olejem 150 g Marchew junior 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Zupa warzywna z brukselką, z ziemniakami i zieleńią 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada dr. z warzywami na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Sos beszamelowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Marchew junior 150 g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	
	P	Gruszka gotowana w sosie czekoladowym 250 g	Jabłko gotowane św. w sosie waniliowym 250 g	Jabłko gotowane św. w sosie waniliowym 150 g		
Kolekcja	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 100g 1 szt (MLE) Mus z wiśni 1 szt Pomidor b/s z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 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 100g 1 szt (MLE) Konfitura morelowa 1 szt Pasta z kalafiora z czarnuszką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 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 Edam 20 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 20 g Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml (MLE)	
	Ph	Serek Bieluch 1 szt (MLE) Musli z suszonymi owocami (suche) b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Buraczki gotowane kostka 30 g Pasta z brokuła z pestkami dyni 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) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Buraczki gotowane kostka 30 g Pasta z brokuła z pestkami dyni 30 g Mleko gotowane 150 ml (MLE)	
	Kcal: 2543.95 kcal; Białko ogółem: 112.38g; Tłuszcz ogółem: 123.88 g; Węglowodany ogółem: 250.80 g; Kw. tł. nasycone: 48.93 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1913.51 mg; Błonnik: 25.64 g; W tym cukry: 55.73 g	Kcal: 2521.95 kcal; Białko ogółem: 99.31g; Tłuszcz ogółem: 116.30 g; Węglowodany ogółem: 283.63 g; Kw. tł. nasycone: 50.98 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1256.28 mg; Błonnik: 19.41 g; W tym cukry: 48.25 g	Kcal: 2991.23 kcal; Białko ogółem: 141.09g; Tłuszcz ogółem: 122.91 g; Węglowodany ogółem: 347.02 g; Kw. tł. nasycone: 67.74 g; Sól: 8.36 g; Sód: 1638.06 mg; Błonnik: 25.21 g; W tym cukry: 73.77 g	Kcal: 1430.78 kcal; Białko ogółem: 74.03 g; Tłuszcz ogółem: 64.37 g; Węglowodany ogółem: 146.32 g; Kw. tł. nasycone: 20.16 g; Sól: 4.68 g; Sód: 1363.91 mg; Błonnik: 19.57 g; W tym cukry: 40.57 g	Kcal: 2718.42 kcal; Białko ogółem: 134.38 g; Tłuszcz ogółem: 119.21 g; Węglowodany ogółem: 291.35 g; Kw. tł. nasycone: 64.78 g; Sól: 9.55 g; Sód: 2165.80 mg; Błonnik: 33.95 g; W tym cukry: 68.38 g	Kcal: 571.17 kcal; Białko ogółem: 32.48 g; Tłuszcz ogółem: 19.60 g; Węglowodany ogółem: 61.53 g; Kw. tł. nasycone: 16.12 g; Sól: 3.00 g; Sód: 636.21 mg; Błonnik: 4.04 g; W tym cukry: 20.94 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwo przysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-08 - piątek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Pasta z makreli z twarogiem z tartym kiszonym ogórkiem b/s 60 g (RYB, MLE) 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) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 60 g (RYB, SEL) Konfitura truskawkowa 1 szt Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 60 g (RYB, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c melisa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 60 g (RYB, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Buraczki gotowane plastry 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 Deliser 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Tyłczycki 20 g (MLE) Rukola 20 g Miód sztukowy 25g 1 szt
	II ś		Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)		Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt Paluszki 10 g	
	Obiad	Zupa barszcz czerwony z makaronem razowym i zieleciną 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba dorsz mielony kotlet, pieczony 100 g (RYB) Sos grecki 60 ml (GLU, SEL) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g Surówka żydowska z kapusty białej, marchewki, selera, jabłka, pora i ogórka kiszzonego z olejem 150 g (SEL, SO2) Kompot z truskawek 200 ml	Zupa koperkowa z jarzynami i laną kluseczką 250 ml (GLU, SEL) Rolada z ryby (dorsz) ze szpinakiem gotowana 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos kremowy z tartą marchewką 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g Cukinia gotowana na parze 150 g Kompot z truskawek 200 ml	Zupa koperkowa z jarzynami i laną kluseczką 250 ml (GLU, SEL) Rolada z ryby (dorsz) ze szpinakiem gotowana 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Surówka żydowska z kapusty białej, marchewki, selera, jabłka, pora i ogórka kiszzonego z olejem 150 g (SEL, SO2) Cukinia gotowana na parze 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml	Zupa koperkowa z jarzynami i laną kluseczką 250 ml (GLU, SEL) Rolada z ryby (dorsz) ze szpinakiem gotowana 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos kremowy z tartą marchewką 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Cukinia gotowana na parze 150 g Surówka żydowska z kapusty białej, marchewki, selera, jabłka, pora i ogórka kiszzonego z olejem 150 g (SEL, SO2) Kompot z truskawek b/c 200 ml	
	P	Kasza kuskus gotowana na mleku z mussem jabłkowym 200 g (GLU)	Kasza kuskus gotowana na mleku z mussem jabłkowym 250 g (GLU)		Kasza kuskus gotowana na mleku z mussem jabłkowym b/c 250 g (GLU)	
Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta mięsna dr z warzywami (włoszczyzna) 60 g (SEL) Fasolka po bretońsku z kielbasą duszona 199 g (GLU, SOJ) 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 (włoszczyzna) 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 (włoszczyzna) 60 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Sałata lodowa z warzywami i oliwą 100 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 (włoszczyzna) 100 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Sałata lodowa z warzywami i oliwą 100 g Ser podpuszczkowy 20 g (MLE) 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 - wędlna 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 pomidorowy 1 szt Krakersy 25 g (GLU, JAJ, RYB, MLE)	Sok pomidorowy 1 szt Podplomyki b/c 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa wiśniowa 150 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z twarogu i koperku 60 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	
	Kcal: 2458.47 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz ogółem: 84.36 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; Kw. tł. nasycone: 33.53 g; Sól: 6.99 g; Sód: 1892.25 mg; Błonnik: 37.02 g; W tym cukry: 50.37 g	Kcal: 2310.30 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz ogółem: 93.63 g; Węglowodany ogółem: 284.77 g; Kw. tł. nasycone: 39.23 g; Sól: 3.88 g; Sód: 1115.29 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 34.45 g;	Kcal: 2336.80 kcal; Białko ogółem: 110.09 g; Tłuszcz ogółem: 74.45 g; Węglowodany ogółem: 312.72 g; Kw. tł. nasycone: 41.90 g; Sól: 4.88 g; Sód: 1302.99 mg; Błonnik: 24.28 g; W tym cukry: 38.88 g	Kcal: 1533.53 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz ogółem: 44.11 g; Węglowodany ogółem: 203.59 g; Kw. tł. nasycone: 17.05 g; Sól: 3.03 g; Sód: 958.94 mg; Błonnik: 29.51 g; W tym cukry: 34.32 g	Kcal: 2410.02 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz ogółem: 86.98 g; Węglowodany ogółem: 304.79 g; Kw. tł. nasycone: 45.37 g; Sól: 5.94 g; Sód: 1748.34 mg; Błonnik: 40.00 g; W tym cukry: 49.61 g	Kcal: 597.62 kcal; Białko ogółem: 30.68 g; Tłuszcz ogółem: 17.31 g; Węglowodany ogółem: 69.52 g; Kw. tł. nasycone: 13.89 g; Sól: 2.83 g; Sód: 632.03 mg; Błonnik: 3.39 g; W tym cukry: 19.32 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/Z ogr. łatwo przysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-09 sobota	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 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 Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 30 g (GLU, SOJ) Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40g (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) szczypiorek 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) Masło 20g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Szczypiorek 1g Majonez 5g (JAJ, GOR) Cykoria 20g Jabłko pieczone 1 szt Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/dc 20g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Pasta z brokuła z pestkami słonecznika 20g Konfitura truskawkowa 1 szt Herbata ziołowa b/c melisa 150 ml	
	II S		Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) 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 Połędwica drobiowa 20g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Szpinak baby 20g Jabłko pieczone 1 szt Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml		
	Obiad	Zupa brokułowa z brązowym ryżem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Filet z kurczaka panierowany pieczony 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zielenią 200g Surówka nowalijkowa z białą kapustą, rzodkiewką, ogórkiem, marchewką i cebulą z olejem 150g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Woda z miętą 200 ml	Zupa brokułowa z brązowym ryżem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wp na parze 100g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zielenią 200g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Sałata z jogurtem 150g (MLE) Woda z miętą 200 ml	Zupa brokułowa z brązowym ryżem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wp na parze 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zielenią 100g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Sałata z jogurtem 150g (MLE) Woda z miętą 200 ml	Zupa brokułowa z brązowym ryżem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Pieczeń rzymska wp na parze 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zielenią 100g Marchewka z groszkiem duszona 150g (GLU) Sałata z jogurtem 150g (MLE) Woda z miętą 200 ml		
	P	Panna cotta z musem truskawkowym 200g (MLE)		Panna cotta 150g (MLE)	Panna cotta z musem truskawkowym 200g (MLE)		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20g (MLE) Galareta rybna z warzywami 100g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinią 60g (MLE) Roszponka 20g Papryka świeża 60g Kakao gotowane na mleku 250 ml (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80g (GLU, SOJ) Masło 20g (MLE) Galareta rybna z warzywami 100g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinią 60g (MLE) Roszponka 20g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Chleb graham 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Galareta rybna z warzywami 100g (RYB, SEL) Twarożek z koperkiem 50g (MLE) Roszponka 20g Papryka świeża 60g Mleko gotowane 200 ml (MLE)	Chleb graham 80g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20g (MLE) Galareta rybna z warzywami 100g (RYB, SEL) Twarożek 60g (MLE) Roszponka 20g Papryka świeża 60g 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 Edam 20g (MLE) Ogórek kiszony b/s 20g Sałata masłowa 8g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	
	PI	Serek homogenizowany naturalny z wanilią 1 szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny z wanilią 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40g (GLU, SOJ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) 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 100g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Rukola 10g Pomidory koktajlowe 60g Herbata ziołowa b/c mięta 150 ml	
	Kcal: 2879.39 kcal; Białko ogółem: 136.28g; Tłuszcz ogółem: 124.40g; Węglowodany ogółem: 308.34g; Kw. tł. nasycone: 59.27g; Sól: 5.42g; Sód: 1521.04mg; Błonnik: 34.83g; W tym cukry: 83.88g	Kcal: 2684.25 kcal; Białko ogółem: 128.55g; Tłuszcz ogółem: 108.06g; Węglowodany ogółem: 302.42g; Kw. tł. nasycone: 59.82g; Sól: 3.67g; Sód: 958.58mg; Błonnik: 26.04g; W tym cukry: 71.74g	Kcal: 3191.61 kcal; Białko ogółem: 148.05g; Tłuszcz ogółem: 128.43g; Węglowodany ogółem: 366.14g; Kw. tł. nasycone: 69.20g; Sól: 5.49g; Sód: 1284.48mg; Błonnik: 32.43g; W tym cukry: 88.46g	Kcal: 1614.03 kcal; Białko ogółem: 106.30g; Tłuszcz ogółem: 47.30g; Węglowodany ogółem: 196.03g; Kw. tł. nasycone: 25.26g; Sól: 3.39g; Sód: 1057.46mg; Błonnik: 25.02g; W tym cukry: 46.97g	Kcal: 3433.38 kcal; Białko ogółem: 154.75g; Tłuszcz ogółem: 136.05g; Węglowodany ogółem: 413.79g; Kw. tł. nasycone: 71.28g; Sól: 7.71g; Sód: 2155.50mg; Błonnik: 49.82g; W tym cukry: 105.26g	Kcal: 866.56 kcal; Białko ogółem: 52.52g; Tłuszcz ogółem: 42.05g; Węglowodany ogółem: 78.29g; Kw. tł. nasycone: 25.63g; Sól: 3.90g; Sód: 784.59mg; Błonnik: 3.72g; W tym cukry: 19.27g	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-10 niedziela	Śniadanie	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 truskawką 1 szt (MLE) Rzodkiewka 60 g Mus z truskawek 20 g Bawarka gotowana na mleku b/c250 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) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Rzodkiewka 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) Rzodkiewka 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 - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Ogórek kiszony 20 g Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml
	II Ś		Kefir 200g 1 szt (MLE) Banan z/s 1 szt		Kefir 200g 1 szt (MLE) Banan z/s1 szt	
	Obiad	Zupa peyzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab faszerowany pieczarkami, pieczony 100g Sos pieczeniowy z cebulką 60 ml (GLU) Kasza kuskus z warzywami 200 g (GLU, SEL) Sałatka szwedzka 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa peyzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab bitka gotowany na wywarze jarzynowym 100 g Sos majerankowy 60 ml (GLU) Kasza kuskus z warzywami 200 g (GLU, SEL) Dyńka gotowana 150 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot owocowy 200 ml	Zupa peyzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab bitka gotowany na wywarze jarzynowym 100 g Kasza kuskus z warzywami 100 g (GLU, SEL) Sałatka szwedzka 150 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	Zupa peyzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Schab bitka gotowany na wywarze jarzynowym 100 g Kasza kuskus z warzywami 200 g (GLU, SEL) Sałatka szwedzka 150 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	
	P	Sok marchwiowo-jabłkowy 1 szt Ciastka kruche z marmoladą 3 szt 50 g (GLU)		Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt	Sok marchwiowo-jabłkowy 1szt Ciastka kruche b/d/c40 g (GLU)	
	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 śliwkowe 30 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Serek wiejski 1 szt 1 szt (MLE) Konfitura truskawkowa 1 szt Buraczki gotowane plastry 60 g Herbata ziołowa b/c mięta 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) 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 graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Serek wiejski ze szczypiorkiem 1 szt (MLE) Ogórek świeży b/skóry 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 (MLE) Papryka świeża 20g Cykoria 20 g konfitura morelowa 1 szt
	Ph	Baton twarogowy 1 szt (GLU, MLE)	Jabłko gotowane 1 szt	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) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Mix sałat 20 g Herbata owocowa żurawinowa 150 ml	Jabłko gotowane 1 szt	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) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Papryka świeża 20 g Mix sałat 20 g Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml
	Kcal: 2432.02 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz ogółem: 108.57 g; Węglowodany ogółem: 276.59 g; Kw. tł. nasycone: 40.78 g; Sól: 7.62 g; Sód: 1989.11 mg; Błonnik: 20.44 g; W tym cukry: 31.80 g	Kcal: 2474.68 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz ogółem: 103.15 g; Węglowodany ogółem: 309.03 g; Kw. tł. nasycone: 43.59 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1293.01 mg; Błonnik: 27.26 g; W tym cukry: 48.30 g	Kcal: 2885.64 kcal; Białko ogółem: 122.53 g; Tłuszcz ogółem: 107.77 g; Węglowodany ogółem: 375.25 g; Kw. tł. nasycone: 56.61 g; Sól: 6.61 g; Sód: 1449.67 mg; Błonnik: 29.44 g; W tym cukry: 78.95 g	Kcal: 1523.40 kcal; Białko ogółem: 76.61 g; Tłuszcz ogółem: 47.32 g; Węglowodany ogółem: 208.58 g; Kw. tł. nasycone: 11.87 g; Sól: 5.68 g; Sód: 1783.21 mg; Błonnik: 26.04 g; W tym cukry: 45.87 g	Kcal: 2706.70 kcal; Białko ogółem: 118.88 g; Tłuszcz ogółem: 104.19 g; Węglowodany ogółem: 337.19 g; Kw. tł. nasycone: 51.60 g; Sól: 8.55 g; Sód: 2290.87 mg; Błonnik: 33.34 g; W tym cukry: 77.27 g	Kcal: 744.15 kcal; Białko ogółem: 50.26 g; Tłuszcz ogółem: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 61.30 g; Kw. tł. nasycone: 23.05 g; Sól: 3.10 g; Sód: 471.18 mg; Błonnik: 4.02 g; W tym cukry: 21.35 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-11 poniedziałek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Rogal z makiem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Szynka na parze - wędlina 40 g Ser podpuszczkowy Tylżycki 40 g (MLE) Dżem szt - 25g 1 szt Sałata masłowa 16 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Zupa ml. z makaronem 180 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rogal z makiem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Dżem szt - 25g 1 szt Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Zupa ml. z makaronem 180 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Serek Haga 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Ser podpuszczkowy Tylżycki 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli z suszonymi owocami b/d/c(suche) 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Haga 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 20 g	
	II Ś		Pieczewo chrupkie 30 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa 150 ml		Pieczewo chrupkie 30 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z twarogu i buraka 60 g (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa 150 ml		
	Obiad	Zupa dyniowa z zacierką 250 ml (GLU, MLE, SEL) Jajko got. na twardo kl.L 1,5szt (JAJ) Sos musztardowy 60 ml (GLU, GOR) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Fasolka szparagowa gotowana z zasmażką 150 g (GLU, MLE) Woda z miętą 200 ml	Zupa cukiniowa z makaronem 250 ml (GLU, JAJ, SEL, SO2) Klopsik z indyka z koperkiem gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Buraczki gotowane 150 g Woda z miętą 200 ml	Zupa cukiniowa z makaronem 250 ml (GLU, JAJ, SEL, SO2) Klopsik z indyka z koperkiem gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Fasolka szparagowa gotowana na parze 150 g Buraczki gotowane 150 g Woda z miętą 200 ml	Zupa cukiniowa z makaronem 250 ml (GLU, JAJ, SEL, SO2) Klopsik z indyka z koperkiem gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Buraczki gotowane 150 g Fasolka szparagowa gotowana na parze 150 g Woda z miętą 200 ml		
	P	Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE) Płatki owsiane 20 g					
	Kolacja	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 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 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 b/c250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser mozzarella 30 g (MLE) Ogórek kiszony 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) Rama bezmleczna 1szt Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Ser mozzarella 30 g (MLE) Ogórek kiszony 60 g Pomidory koktajlowe 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 Deliser 1 szt (MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Rukola 20 g Dżem szt - 25g 1 szt	
	Pn	Galaretki owocowa tęczowa mix 3 kolorów 200 g		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser biały plaster z jogurtem 45 g (MLE) Cykorcia 20 g Rukola 20 g Herbata ziołowa 150 ml	Jabłko 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser biały plaster z jogurtem 45 g (MLE) Cykorcia 20 g Rzodkiewka czerwona 20 g Herbata ziołowa b/c 150 ml	
		Kcal: 2431.23 kcal; Białko ogółem: 90.99 g; Tłuszcz ogółem: 106.46 g; Węglowodany ogółem: 274.24 g; Kw. tł. nasycone: 48.54 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1839.33 mg; Błonnik: 21.63 g; W tym cukry: 32.59 g	Kcal: 2474.19 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz ogółem: 99.65 g; Węglowodany ogółem: 316.30 g; Kw. tł. nasycone: 43.09 g; Sól: 4.72 g; Sód: 1256.39 mg; Błonnik: 21.91 g; W tym cukry: 39.44 g	Kcal: 2701.38 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz ogółem: 90.25 g; Węglowodany ogółem: 370.07 g; Kw. tł. nasycone: 48.54 g; Sól: 6.36 g; Sód: 1543.07 mg; Błonnik: 26.28 g; W tym cukry: 45.83 g	Kcal: 1479.17 kcal; Białko ogółem: 76.73 g; Tłuszcz ogółem: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 215.37 g; Kw. tł. nasycone: 16.37 g; Sól: 5.48 g; Sód: 1516.89 mg; Błonnik: 28.15 g; W tym cukry: 52.32 g	Kcal: 2683.33 kcal; Białko ogółem: 121.34 g; Tłuszcz ogółem: 92.74 g; Węglowodany ogółem: 355.46 g; Kw. tł. nasycone: 49.47 g; Sól: 7.93 g; Sód: 2177.51 mg; Błonnik: 36.07 g; W tym cukry: 44.64 g	Kcal: 507.76 kcal; Białko ogółem: 29.93 g; Tłuszcz ogółem: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 68.85 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

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-12 wtorek	Sniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka Michałowej 40 g (<i>GLU</i>) Serek Bieluch 1 szt (<i>MLE</i>) Powidła śliwkowe 30 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250ml/3g 250 ml (<i>SOJ, MLE</i>)	Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Poledwica ani drobiowa 40 g (<i>SOJ</i>) Serek Bieluch 1 szt (<i>MLE</i>) Serek Haga 1 szt (<i>MLE</i>) Konfitura extra morelowa 1 szt Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane 250 ml (<i>MLE</i>)	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Rama bezmleczna 1szt Poledwica ani drobiowa 20 g (<i>SOJ</i>) Serek Bieluch 1 szt (<i>MLE</i>) Ogórek świeży b/skóry 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane 250 ml (<i>MLE</i>)	Chleb graham 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Poledwica ani drobiowa 40 g (<i>SOJ</i>) Serek Bieluch 1 szt (<i>MLE</i>) Ogórek świeży b/skóry 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane 250 ml (<i>MLE</i>)	Mleko gotowane 150 ml (<i>MLE</i>) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</i>) Serek kanapkowy 17 g (<i>MLE</i>) Ser podpuszczkowy Tyłżycki 20 g (<i>MLE</i>) Mix sałat 20 g Herbata owocowa truskawkowa b/c 150 ml	
				Galaretkę b/c cytrynową z brzoskwinia polana słodką śmietanką 250 g	Galaretkę b/c cytrynową z brzoskwinia polana słodką śmietanką 250 g		
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami i ziel 250ml/30g 250 ml (<i>GLU, SEL</i>) Gulasz z szynki z warzywami 130 g (<i>GLU, SEL</i>) Sos własny 60 ml (<i>GLU</i>) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Ogórek kiszony b/s ćw. 150 g Kompot z jabłek z cukrem 200ml/3g	Zupa krupnik ryżowy z ziel 250 ml (<i>SEL</i>) Potrawka drobiowa z kurczaka (100g mięsa, 50g sos) 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Kompot z jabłek z cukrem 200ml/3g	Zupa krupnik ryżowy z ziel 250 ml (<i>SEL</i>) Potrawka drobiowa z kurczaka z marchewką 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki gotowane z zieleńią 100 g Groszek gotowany na parze 150 g Ogórek kiszony b/s ćw. 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	Zupa krupnik ryżowy z ziel 250 ml (<i>SEL</i>) Potrawka drobiowa z kurczaka z marchewką 150 g (<i>GLU, SEL</i>) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Groszek gotowany na parze 150 g Ogórek kiszony b/s ćw. 150 g Kompot z jabłek 200 ml		
				Actimel 1 szt 1 szt (<i>MLE</i>)	Actimel 1 szt 1 szt (<i>MLE</i>) Suchary b/d/c 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>)		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (<i>GLU, SOJ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka gotowana - wędlina 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/skóry ze szczypiorkiem 60 g Herbata ziołowa rumiankowa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80 g (<i>GLU, SOJ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka delikatna z fileta 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</i>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Mus z truskawek 20 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa rumiankowa b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Szynka delikatna z fileta 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</i>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Papryka świeża 60 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa rumiankowa b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 20 g (<i>MLE</i>) Szynka delikatna z fileta 40 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</i>) Jogurt naturalny 100g 1 szt (<i>MLE</i>) Papryka świeża 60 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa rumiankowa b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (<i>MLE</i>) Musli b/d/c 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ</i>) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR</i>) Serek Haga 1 szt (<i>MLE</i>) Ser biały - pasta z koperkiem 20 g (<i>MLE</i>) Rukola 20 g Mus z jabłka 20 g Herbata ziołowa rumiankowa b/c 150 ml	
				Mandarynka 1 szt	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Pasta z jajka z koperkiem 100 g (<i>JAJ, GOR</i>) Buraczki gotowane w kostce 60 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml		
	Pn	Actimel 1 szt 1 szt (<i>MLE</i>)	Chleb pszenny 40 g (<i>GLU, SOJ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Pasta z jajka z koperkiem 100 g (<i>JAJ, GOR</i>) Buraczki gotowane w kostce 60 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml	Mandarynka 1 szt	Chleb graham 40 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ</i>) Masło 10 g (<i>MLE</i>) Poledwica drobiowa 20 g (<i>GLU, SOJ, MLE</i>) Pasta z jajka z koperkiem 100 g (<i>JAJ, GOR</i>) Buraczki gotowane w kostce 60 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa truskawkowa b/c 150 ml		
		Kcal: 2577.89 kcal; Białko ogółem: 118.07 g; Tłuszcz ogółem: 91.16 g; Węglowodany ogółem: 318.36 g; Kw. tł. nasycone: 44.53 g; Sól: 8.59 g; Sód: 2290.51 mg; Błonnik: 23.97 g; W tym cukry: 75.39 g	Kcal: 2437.80 kcal; Białko ogółem: 117.35 g; Tłuszcz ogółem: 81.09 g; Węglowodany ogółem: 333.47 g; Kw. tł. nasycone: 45.77 g; Sól: 5.95 g; Sód: 1273.41 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 62.76 g	Kcal: 2757.44 kcal; Białko ogółem: 128.21 g; Tłuszcz ogółem: 102.15 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; Kw. tł. nasycone: 52.95 g; Sól: 7.25 g; Sód: 1462.29 mg; Błonnik: 27.18 g; W tym cukry: 67.24 g	Kcal: 1507.29 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz ogółem: 49.65 g; Węglowodany ogółem: 189.71 g; Kw. tł. nasycone: 23.94 g; Sól: 5.71 g; Sód: 1705.98 mg; Błonnik: 25.43 g; W tym cukry: 52.13 g	Kcal: 2630.91 kcal; Białko ogółem: 130.61 g; Tłuszcz ogółem: 97.38 g; Węglowodany ogółem: 318.13 g; Kw. tł. nasycone: 47.82 g; Sól: 9.18 g; Sód: 2255.96 mg; Błonnik: 36.20 g; W tym cukry: 63.57 g	Kcal: 547.07 kcal; Białko ogółem: 34.17 g; Tłuszcz ogółem: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 62.28 g; Kw. tł. nasycone: 13.85 g; Sól: 2.94 g; Sód: 639.87 mg; Błonnik: 3.80 g; W tym cukry: 19.50 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. wegl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-13 środa	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) 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 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) 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 Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) 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 40 g (MLE) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) 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) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Deliser 1 szt (MLE) Roszponka 20 g Konfitura extra truskawkowa 1 szt	
	II ś		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Actimel 1 szt 1szt (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 10 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 150 ml (MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Actimel 1 szt 1szt (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 10 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 150 ml (MLE)		
	Obiad	Zupa serowa z jarzynami i zieleniną podana z groszkiem ptysiowym 250ml/14g 250 ml (MLE, SEL) Kociolek meksykański z fasolą 180 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleniną 200 g Surówka z pora, jabłka i kukurydzy z oliwą 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml	Zupa krem z marchwi i jarzyn podany z groszkiem ptysiowym i ziel 250ml/14g 250 ml (MLE, SEL) Pierogi leniwe z bułką tartą i masłem 300 g (GLU, JAJ, MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Woda z cytryną 200 ml	Kociolek meksykański z fasolą 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleniną 100 g Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Surówka z pora, jabłka i kukurydzy z oliwą 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml	Zupa krem z marchwi i jarzyn podany z groszkiem ptysiowym i ziel 250ml/14g 250 ml (MLE, SEL) Kociolek meksykański z fasolą 100 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zieleniną 200 g Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Surówka z pora, jabłka i kukurydzy z oliwą 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml		
	P	Budyń waniliowy na mleku polany kisiem owocowym z tartym jabłkiem 250 ml (MLE)	Budyń waniliowy na mleku polany kisiem owocowym z tartym jabłkiem 250 ml (MLE)				
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Jajko got. na twardo kl. L 1 szt (JAJ) Sos tatarski 20 g (JAJ, MLE, GOR) Konfitura extra morelowa 1 szt Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa melisa b/c250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Jajko got. na twardo kl. L 1 szt (JAJ) Konfitura extra morelowa 1 szt Rukola 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Jajko got. na twardo kl. L 1 szt (JAJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Rzodkiewka czerwona 60 g Rukola 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Jajko got. na twardo kl. L 1 szt (JAJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Rzodkiewka czerwona 60 g Rukola 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g	
	PI	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, SOZ) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Szpinak baby 20 g Mus z truskawek 20 g Herbata ziołowa melisa 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, SOZ) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Szpinak baby 20 g Mus z truskawek 20 g Herbata ziołowa melisa b/c150 ml		
		Kcal: 2463.76 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz ogółem: 129.47 g; Węglowodany ogółem: 237.30 g; Kw. tł. nasycone: 45.86 g; Sól: 5.92 g; Sód: 1073.16 mg; Błonnik: 25.91 g; W tym cukry: 53.38 g	Kcal: 2444.41 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz ogółem: 118.08 g; Węglowodany ogółem: 243.21 g; Kw. tł. nasycone: 41.90 g; Sól: 4.52 g; Sód: 908.02 mg; Błonnik: 13.98 g; W tym cukry: 34.95 g	Kcal: 2949.51 kcal; Białko ogółem: 126.37 g; Tłuszcz ogółem: 138.57 g; Węglowodany ogółem: 305.66 g; Kw. tł. nasycone: 51.30 g; Sól: 6.52 g; Sód: 1269.98 mg; Błonnik: 18.13 g; W tym cukry: 39.86 g	Kcal: 1506.67 kcal; Białko ogółem: 63.51 g; Tłuszcz ogółem: 57.52 g; Węglowodany ogółem: 188.89 g; Kw. tł. nasycone: 18.20 g; Sól: 3.19 g; Sód: 699.83 mg; Błonnik: 27.79 g; W tym cukry: 77.34 g	Kcal: 2777.24 kcal; Białko ogółem: 97.05 g; Tłuszcz ogółem: 138.44 g; Węglowodany ogółem: 296.02 g; Kw. tł. nasycone: 53.03 g; Sól: 7.02 g; Sód: 1443.54 mg; Błonnik: 39.16 g; W tym cukry: 70.30 g	Kcal: 758.67 kcal; Białko ogółem: 51.22 g; Tłuszcz ogółem: 39.63 g; Węglowodany ogółem: 58.10 g; Kw. tł. nasycone: 24.00 g; Sól: 3.65 g; Sód: 563.43 mg; Błonnik: 3.44 g; W tym cukry: 18.43 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-14 czwartek	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) Hummus domowy 60 g Konfitura extra truskawkowa 1 szt 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 białka jaj z masłem i koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Konfitura extra truskawkowa 1 szt Roszponka 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 10 g 10 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Jajko got. natwardo z koperkiem 1 szt (JAJ) 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) Jajko got. natwardo z koperkiem 1 szt (JAJ) 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 Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Ser podpuszczkowy Tylżycki 20 g (MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Ogórek kiszony b/s 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 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 pieczone 1 szt		
	Obiad	Zupa krem ziemniaczany z grzankami czosnkowymi i zielenią 250ml/14g 250 ml (MLE, SEL) Pyzy z mięsem, okraszone 250g/10g 260 g (GLU, SOJ) Sałatka szwedzka 150 g Kompot owocowy z cukrem 200ml/3g 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wp z szynki z warzywami 130 g (GLU, SEL) Sos śmietanowy 60 ml (GLU, MLE) Kasza jęczmienna z zielenią 200 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalefior, brokuł, marchew) 150 g Kompot owocowy z cukrem 200ml/3g 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wp z szynki z warzywami 130 g Kasza jęczmienna z zielenią 100 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalefior, brokuł, marchew) 150 g Sałatka szwedzka 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL) Gulasz wp z szynki z warzywami 130 g (GLU, SEL) Sos śmietanowy 60 ml (GLU, MLE) Kasza jęczmienna z zielenią 200 g (GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalefior, brokuł, marchew) 150 g Sałatka szwedzka 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml		
	P	Kasza manna na gęsto z musiem truskawkowym 200 g (GLU)				Kasza manna na gęsto z musiem truskawkowym b/c 200 g (GLU)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka na parze - wędlna 40 g Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Szpinak baby 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 Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Szpinak baby 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 40 g (MLE) Szpinak baby 20 g Ogórek świeży b/skóry 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 - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy ziołowy 1szt 17 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Rukola 20 g Mus z truskawek 20 g	
PI	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Pomidor b/s z mozzarellą oliwą 70 g (MLE) Rukola 20 g 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 - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Pomidor b/s z mozzarellą oliwą 70 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)		
	Kcal: 2628.91 kcal; Białko ogółem: 76.31 g; Tłuszcz ogółem: 98.41 g; Węglowodany ogółem: 356.53 g; Kw. tł. nasycone: 44.15 g; Sól: 22.64 g; Sód: 1634.00 mg; Błonnik: 19.88 g; W tym cukry: 44.90 g	Kcal: 2380.83 kcal; Białko ogółem: 110.17 g; Tłuszcz ogółem: 69.15 g; Węglowodany ogółem: 347.06 g; Kw. tł. nasycone: 36.08 g; Sól: 4.67 g; Sód: 896.63 mg; Błonnik: 22.50 g; W tym cukry: 36.78 g	Kcal: 2822.59 kcal; Białko ogółem: 125.92 g; Tłuszcz ogółem: 89.71 g; Węglowodany ogółem: 383.49 g; Kw. tł. nasycone: 47.78 g; Sól: 6.04 g; Sód: 1203.26 mg; Błonnik: 27.69 g; W tym cukry: 61.02 g	Kcal: 1492.20 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz ogółem: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 229.49 g; Kw. tł. nasycone: 11.60 g; Sól: 5.50 g; Sód: 1662.34 mg; Błonnik: 23.31 g; W tym cukry: 38.88 g	Kcal: 2648.84 kcal; Białko ogółem: 122.95 g; Tłuszcz ogółem: 85.22 g; Węglowodany ogółem: 351.09 g; Kw. tł. nasycone: 46.98 g; Sól: 8.75 g; Sód: 2347.28 mg; Błonnik: 37.83 g; W tym cukry: 63.97 g	Kcal: 473.58 kcal; Białko ogółem: 27.94 g; Tłuszcz ogółem: 12.37 g; Węglowodany ogółem: 52.92 g; Kw. tł. nasycone: 10.49 g; Sól: 2.87 g; Sód: 775.74 mg; Błonnik: 4.51 g; W tym cukry: 20.93 g	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-15 piątek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka czerwona 60 g Mandarynka 1 szt Konfitura extra morelowa 1 szt Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Konfitura extra morelowa 1 szt Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 100 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Ser podpuszczkowy Edam 20 g (MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 20 g Ogórek świeży 20 g
	II Ś		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 Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa malinowa 150 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 Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml	
	Obiad	Zupa barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i ziel 250/30g/0,5szt 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SOZ) Rolada rybna faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 60g (MLE, SO2) Ziemniaki gotowane z zieleńką 200 g Surówka tęczowa z kapustą czerwoną i białą, papryką, marchewką z miodem i olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Zupa kalafiorowa z kaszką mąnną i ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL) Rolada z ryby, faszerowana brokułem na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 60g (MLE, SO2) Ziemniaki gotowane z zieleńką 200 g Cukinia gotowana na parze 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Zupa barszcz biały z jajkiem, ziemniakami i ziel 250ml/30g/0,5szt 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SO2) Rolada z ryby faszerowana brokułem, na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane z zieleńką 100 g Cukinia gotowana na parze 150 g Surówka tęczowa z kapustą czerwoną i białą, papryką, marchewką z miodem i olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Zupa barszcz biały z jajkiem, ziemniaki i ziel 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL, SO2) Rolada z ryby faszerowana brokułem, na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 60g (MLE, SO2) Ziemniaki gotowane z zieleńką 200 g Cukinia gotowana na parze 150 g Surówka tęczowa z kapustą czerwoną i białą, papryką, marchewką z miodem i olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	
	P	Serek Bieluch 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		Serek Bieluch 1 szt (MLE)	Serek Bieluch 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlina 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek homogenizowany naturalny z wanilią 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Papryka świeża 60 g Kakao gotowane na mleku 250 ml (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 naturalny z wanilią 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane 200 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Papryka świeża 60 g Mleko gotowane 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) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 16 g Papryka świeża 60 g Mleko gotowane 200 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Tyłczycki 20 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Ogórek kiszony 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml
	PI	Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 150 g	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) Roszponka 20 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata zielona 150 ml	Ryż brązowy z jabłkiem i cynamonem 100 g	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) Roszponka 20 g Ogórek kiszony 60 g Herbata zielona b/c 150 ml	
	Kcal: 2391.26 kcal; Białko ogółem: 103.16 g; Tłuszcz ogółem: 85.57 g; Węglowodany ogółem: 309.50 g; Kw. tł. nasycone: 48.78 g; Sól: 6.01 g; Sód: 1179.54 mg; Błonnik: 32.78 g; W tym cukry: 62.53 g	Kcal: 2364.90 kcal; Białko ogółem: 107.74 g; Tłuszcz ogółem: 96.85 g; Węglowodany ogółem: 280.18 g; Kw. tł. nasycone: 49.43 g; Sól: 3.96 g; Sód: 1037.50 mg; Błonnik: 21.85 g; W tym cukry: 29.02 g	Kcal: 2552.96 kcal; Białko ogółem: 122.14 g; Tłuszcz ogółem: 117.29 g; Węglowodany ogółem: 268.18 g; Kw. tł. nasycone: 60.13 g; Sól: 5.53 g; Sód: 1234.03 mg; Błonnik: 21.48 g; W tym cukry: 32.43 g	Kcal: 1559.43 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz ogółem: 54.99 g; Węglowodany ogółem: 181.89 g; Kw. tł. nasycone: 26.21 g; Sól: 4.57 g; Sód: 844.75 mg; Błonnik: 24.99 g; W tym cukry: 37.78 g	Kcal: 2556.94 kcal; Białko ogółem: 125.31 g; Tłuszcz ogółem: 121.63 g; Węglowodany ogółem: 257.23 g; Kw. tł. nasycone: 61.36 g; Sól: 7.56 g; Sód: 1441.33 mg; Błonnik: 35.22 g; W tym cukry: 41.02 g	Kcal: 816.96 kcal; Białko ogółem: 55.30 g; Tłuszcz ogółem: 44.94 g; Węglowodany ogółem: 49.82 g; Kw. tł. nasycone: 27.89 g; Sól: 3.90 g; Sód: 971.55 mg; Błonnik: 3.65 g; W tym cukry: 20.12 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-16 sobota	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 30 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Kiełbaski z fileta z indyka na ciepło 2 szt Ser podpuszczkowy Edam 40 g (MLE) Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Bułka poznańska 1szt 60 g (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Jogurt naturalny 100g 1szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60g Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60g Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek Haga 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1szt Pasta jarzynowa z ziel 20 g (SEL)	
	II S		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Musli z owocami b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Musli z owocami b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		
	Obiad	Zupa szpinakowa z makaronem żytnim i ziel 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany na parze 100 g Sos beszamelowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Kalafior gotowany na parze 150 g Marchew junior gotowana 150 g Kompot z truskawek z cukrem 200ml/3g	Zupa szpinakowa z makaronem żytnim i ziel 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany na parze 100 g Sos beszamelowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Kalafior gotowany na parze 150 g Marchew junior gotowana 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml	Zupa szpinakowa z makaronem żytnim i ziel 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet drobiowy na parze 100 g Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Kalafior gotowany na parze 150 g Marchew junior gotowana 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml	Zupa szpinakowa z makaronem żytnim i ziel 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Filet drobiowy gotowany na parze 100 g Sos chrzanowy 60 g (MLE, SOZ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Kalafior gotowany na parze 150 g Marchew junior gotowana 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml		
	P	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cytryną i cukrem 200 ml		Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/c 200 ml	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Herbata z cytryną b/c 200ml		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa 100 g (SEL) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pomidory 30 g Pomidor b/s z cebulką 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Galareta drobiowa 100 g (SEL) Ser mozzarella 40 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt Mix sałat 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Galareta drobiowa 100 g (SEL) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pomidor b/s z cebulką 60g Mix sałat 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) Galareta drobiowa 100 g (SEL) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pomidor b/s z cebulką 60g Mix sałat 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) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Papryka świeża 20g Roszponka 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 150 ml	
	PI	Ciastko Lubisie 1 szt 1 szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE)	Herbatniki bebe 16g 2 szt (GLU, SOJ, MLE) Sok jabłkowy 100% 200 ml	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 jabłkowy 100% 200 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, 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 Papryka świeża 20 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml	
		Kcal: 2632.49 kcal; Białko ogółem: 123.14 g; Tłuszcz ogółem: 111.53 g; Węglowodany ogółem: 288.41 g; Kw. tł. nasycone: 53.84 g; Sól: 8.09 g; Sód: 2983.74 mg; Błonnik: 26.21 g; W tym cukry: 60.68 g	Kcal: 2335.02 kcal; Białko ogółem: 103.44 g; Tłuszcz ogółem: 72.27 g; Węglowodany ogółem: 328.75 g; Kw. tł. nasycone: 39.42 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1088.17 mg; Błonnik: 18.78 g; W tym cukry: 79.85 g	Kcal: 2803.78 kcal; Białko ogółem: 138.61 g; Tłuszcz ogółem: 103.84 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; Kw. tł. nasycone: 60.56 g; Sól: 6.26 g; Sód: 1266.91 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 43.17 g	Kcal: 1539.92 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz ogółem: 42.46 g; Węglowodany ogółem: 205.15 g; Kw. tł. nasycone: 16.46 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1403.07 mg; Błonnik: 21.53 g; W tym cukry: 43.17 g	Kcal: 2760.38 kcal; Białko ogółem: 141.54 g; Tłuszcz ogółem: 103.26 g; Węglowodany ogółem: 331.28 g; Kw. tł. nasycone: 59.90 g; Sól: 8.04 g; Sód: 1992.00 mg; Błonnik: 36.19 g; W tym cukry: 65.66 g	Kcal: 480.57 kcal; Białko ogółem: 30.08 g; Tłuszcz ogółem: 13.53 g; Węglowodany ogółem: 79.26 g; Kw. tł. nasycone: 10.04 g; Sól: 2.77 g; Sód: 403.26 mg; Błonnik: 4.60 g; W tym cukry: 21.04 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-17 niedziela	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasztecik drobiowy zapiekany 40 g Serek Fromage 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Sos tatarski 10 g (JAJ, MLE, GOR) Konfitura extra truskawkowa 1 szt Pomidor b/s z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Fromage 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Konfitura extra truskawkowa 1 szt Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Fromage 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Szpinak baby 20 g Pomidor b/skóry z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Fromage 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Szpinak 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) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek kanapkowy ziolowy 17 g (MLE) Roszponka 20 g Papryka świeża 20 g Herbata z cytryną i cukrem 150 ml
	II Ś		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie naturalnym 60 g (JAJ, SEL, GOR) Mixsałat 20 g Banan 1 szt Herbata ziołowa mięta 150 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie naturalnym 60 g (JAJ, SEL, GOR) Mixsałat 20 g Banan 1 szt Herbata ziołowa mięta b/c 150 ml	
	Obiad	Zupa pomidorowa z laną kluseczką i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos bazyliowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleńią 200 g Sałata lodowa z warzywami i serem feta 150 g (MLE) Cwikla 150 g Woda z miętą 200 ml	Zupa pomidorowa z laną kluseczką 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, 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 jabłka 150 g Buraczki gotowane tarte 150 g Woda z miętą 200 ml	Zupa pomidorowa z laną kluseczką i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem na parze 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleńią 100 g Sałata lodowa z warzywami i serem feta 150 g Cwikla 150 g Woda z miętą 200 ml	Zupa pomidorowa z laną kluseczką i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, JAJ, 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 jabłka z olejem 150 g Cwikla 150 g Woda z miętą 200 ml	
	P	Biszkopty 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Mleko gotowane 200 ml (MLE)		Biszkopty 20g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Mleko gotowane 100 ml (MLE)	Biszkopty 40g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Mleko gotowane 200 ml (MLE)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Twarożek z rzodkiewką 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt Cykorcia 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt Cykorcia 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Cykorcia 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatesowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Cykorcia 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Fromage 20 g (MLE) Mixsałat 20 g Ogórek świeży b/skóry 20 g
	Pn	Baton zbożowy typu Nesquik 1 szt 1 szt (GLU, MLE)	Actimel 1 szt 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Galareta drobiowa z warzywami lekkostrawna 100 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml	Actimel 1 szt 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 puszysty Tartare 1 szt (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Rukola 10 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml
2026-05-17 niedziela	Kcal: 2296.40 kcal; Białko ogółem: 95.39 g; Tłuszcz ogółem: 94.06 g; Węglowodany ogółem: 233.54 g; Kw. tł. nasycone: 43.21 g; Sól: 4.83 g; Sód: 1229.01 mg; Błonnik: 23.23 g; W tym cukry: 62.64 g	Kcal: 2208.77 kcal; Białko ogółem: 96.82 g; Tłuszcz ogółem: 76.65 g; Węglowodany ogółem: 255.23 g; Kw. tł. nasycone: 39.08 g; Sól: 5.22 g; Sód: 1148.25 mg; Błonnik: 20.97 g; W tym cukry: 53.57 g	Kcal: 2721.77 kcal; Białko ogółem: 124.12 g; Tłuszcz ogółem: 101.43 g; Węglowodany ogółem: 302.53 g; Kw. tł. nasycone: 47.46 g; Sól: 7.35 g; Sód: 1597.00 mg; Błonnik: 26.87 g; W tym cukry: 59.13 g	Kcal: 1434.77 kcal; Białko ogółem: 72.52 g; Tłuszcz ogółem: 44.18 g; Węglowodany ogółem: 159.39 g; Kw. tł. nasycone: 21.41 g; Sól: 3.50 g; Sód: 752.31 mg; Błonnik: 19.68 g; W tym cukry: 51.90 g	Kcal: 2841.52 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz ogółem: 102.58 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; Kw. tł. nasycone: 47.73 g; Sól: 7.39 g; Sód: 1673.74 mg; Błonnik: 39.57 g; W tym cukry: 102.01 g	Kcal: 513.36 kcal; Białko ogółem: 22.67 g; Tłuszcz ogółem: 10.13 g; Węglowodany ogółem: 59.35 g; Kw. tł. nasycone: 13.07 g; Sól: 2.26 g; Sód: 537.75 mg; Błonnik: 4.28 g; W tym cukry: 26.94 g

Fudeko S.A.

ul. Spokojna 4, 81-549 Gdynia

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten,
SKR - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzechy ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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,