

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwostraw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-18 poniedziałek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Pasta z twarogu z brzoskwinią 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt Papryka świeża 30 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z twarogu i brzoskwinii 60 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt Szpinak baby 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 Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Szpinak baby 20 g Papryka świeża 30 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) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (MLE) Pomidor b/s z cebulką 30 g Szpinak baby 20 g Papryka świeża 30 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, SO2) Serek puszysty Tartare 1szt (MLE) Ser podpuszczkowy Tylżycki 20 g (MLE) Pasta z kalafiora 20 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml
		II S		Ciastko Lubisie b/czekolady 1 szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE) Actimel klasyczny 1 szt (MLE)	Ciastko owsiane 40 g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE) Actimel klasyczny 1 szt (MLE)	
Obiad	Kalafiorowa z kaszką manną i koperkiem 250ml/30g (GLU, SEL) Schab pieczony ze śliwką 100 g Sos pieczarkowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Kompot owocowy 200 ml	Krem jarzynowy z kaszką manną i koperkiem 250ml/30g (GLU, SEL) Schab gotowany na rosole - bitka 100 g Sos pomidorowo-ziołowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Brokuł gotowany na parze 150 g Kompot owocowy 200 ml	Kalafiorowa z kaszką manną i koperkiem 250ml/30g (GLU, SEL) Schab gotowany na rosole - bitka 100 g Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Brokuł gotowany na parze 150 g Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 200 ml	Kalafiorowa z kaszką manną i koperkiem 250ml/30g (GLU, SEL) Schab gotowany na rosole - bitka 100 g Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Brokuł gotowany na parze 150 g Surówka Colesław z białej kapusty z jogurtem naturalnym 150 g (MLE) Kompot owocowy b/c 200 ml		
	P	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mleko gotowane 200 ml (MLE)	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU, JAJ, MLE) Mleko gotowane 100 ml (MLE)	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, JAJ, MLE) Mleko gotowane 200 ml (MLE)		
Kolejca	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Jajko got. ze szczypiorkiem 1 szt/1g (JAJ) Majonez 10 g (JAJ, GOR) Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl. M z koperkiem 1 szt / 1 g (JAJ) Sałata masłowa 16 g Mus z truskawek 20 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	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. M ze szczypiorkiem 1 szt/1 g (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) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl. M ze szczypiorkiem 1 szt / 1 g (JAJ) Sałata masłowa 16 g Ogórek kiszony b/s 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Pasta z twarogu i brzoskwinia 20 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g	
	Pn	Burak o smaku malin - suszone chipsy z buraka 1 szt (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE)	Actimel 1 szt 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Surówka z marchewki i jabłka 60 g Roszponka 10 g Mleko gotowane 150 ml (MLE)	Actimel 1 szt 1 szt (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 puszysty Tartare 1 szt (MLE) Tarta marchewka z jabłkiem 60 g Roszponka 10 g Mleko gotowane 150 ml (MLE)
	Kcal: 2406.03 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz ogółem: 129.09 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Kw. tł. nasycone: 43.52 g; Sól: 6.68 g; Sód: 1458.12 mg; Błonnik: 21.61 g; W tym cukry: 53.73 g;	Kcal: 2432.01 kcal; Białko ogółem: 96.23 g; Tłuszcz ogółem: 120.97 g; Węglowodany ogółem: 253.86 g; Kw. tł. nasycone: 43.07 g; Sól: 4.84 g; Sód: 1014.02 mg; Błonnik: 17.07 g; W tym cukry: 44.27 g;	Kcal: 2535.52 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz ogółem: 107.59 g; Węglowodany ogółem: 295.28 g; Kw. tł. nasycone: 50.43 g; Sól: 6.20 g; Sód: 1347.81 mg; Błonnik: 20.20 g; W tym cukry: 58.91 g;	Kcal: 1540.03 kcal; Białko ogółem: 77.44 g; Tłuszcz ogółem: 68.06 g; Węglowodany ogółem: 163.08 g; Kw. tł. nasycone: 21.90 g; Sól: 4.07 g; Sód: 1112.95 mg; Błonnik: 20.99 g; W tym cukry: 40.80 g;	Kcal: 2525.44 kcal; Białko ogółem: 114.58 g; Tłuszcz ogółem: 109.20 g; Węglowodany ogółem: 286.18 g; Kw. tł. nasycone: 50.91 g; Sól: 7.46 g; Sód: 1897.81 mg; Błonnik: 33.54 g; W tym cukry: 65.98 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
2026-05-19 wtorek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka pszenna - żytnia 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Skyr naturalny 1 szt/150 g (MLE) Powidła - 1 szt/ 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Bułka pszenna 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Skyr naturalny 1 szt/150 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt / 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Szynka Michałowej 20 g (GLU) Skyr naturalny 1 szt/150 g (MLE) Szpinak baby 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Skyr naturalny 1 szt/150 g (MLE) 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) Ser podpuszczkowy Edam 20 g (MLE) Ser kanapkowy ziołowy 1 szt (MLE) Cykorcia 10 g Herbata ziołowa rumianek b/c150 ml
	II Ś		Pieczywo chrupkie 30 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Schab benedyktyński 20 g (SOJ) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Mix салат z młodymi listkami buraka 20 g Pomidor b/s plasterki 60 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml		Pieczywo chrupkie 30 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Schab benedyktyński 20 g (SOJ) Pasta z jajka z koperkiem i masłem 60 g (JAJ, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Mix салат z młodymi listkami buraka 20 g Pomidor b/s plasterki 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml	
	Obiad	Kapuśniak z białej kapusty z majerankiem, ziemniakami i zieleń 250ml/30g (SEL) Wątróbka drobiowa z cebulą i jabłkiem duszona 150 g Kasza Bulgur z koperkiem gotowana 200 g (GLU) Buraczki kostka gotowana z zieleń 150 g Woda z cytryną 200 ml	Krem z zielonych warzyw z groszkiem ptyśowym 250ml/10g (GLU, SOJ, MLE, SEL, SEZ) Zraz nadziewany kalafiemem, mielony gotowany 100 g Sos szpinakowy 60 ml (GLU) Kasza Bulgur z koperkiem gotowana 200 g (GLU) Tarta marchewka z jabłkiem 150 g Woda z cytryną 200 ml	Kapuśniak z białej kapusty, majerankiem, ziemniakami i zieleń 250ml/30g (SEL) Zraz nadziewany kalafiemem, mielony, gotowany 100 g Kasza bulgur z koperkiem gotowana 200 g (GLU) Tarta marchewka z jabłkiem 150 g Buraczki kostka gotowana z zieleń 150 g Woda z cytryną 200 ml	Kapuśniak z białej kapusty, majerankiem, ziemniakami i zieleń 250ml/30g (SEL) Zraz nadziewany kalafiemem, mielony, gotowany 100 g Sos szpinakowy 60 ml (GLU) Kasza Bulgur z koperkiem gotowana 200 g (GLU) Tarta marchewka z jabłkiem 150 g Buraczki kostka gotowana z zieleń 150 g Woda z cytryną 200 ml	
	P	Mus wieloowocowy tubka owocowo-warzywna 100g 1 szt Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE)		Mus wieloowocowy tubka owocowo-warzywna 100g 1 szt	Mus wieloowocowy tubka owocowo-warzywna 100g 1 szt Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE)	
	Kolejca	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka złociста 40 g (SOJ, MLE, SEL) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g/3 g (MLE) Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 60 g (MLE, GOR) Herbata ziołowa - rumianek b/c 150 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g/2 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt/20g Buraczki gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 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, SO2) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g/3 g (MLE) Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 60 g (MLE, GOR) Mixsalat 20 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 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, SO2) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g/3 g (MLE) Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 60 g (MLE) Mixsalat 20 g Burak z fetą i prażonym słonecznikiem 60 g (MLE, GOR) Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Pasta z brokuła 20 g
	Pn	Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Wafle ryżowe 30 g	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Serek Haga 1 szt (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Salata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 50 g Herbata zielona 150 ml	Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Wafle ryżowe 30 g	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Galareta drobiowa z warzywami 100 g (SEL) Salata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 50 g Herbata zielona b/c 150 ml	
2026-05-19	Kcal: 2418.88 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz ogółem: 105.04 g; Węglowodany ogółem: 257.91 g; Kw. tł. nasycone: 35.56 g; Sól: 5.32 g; Sód: 1345.59 mg; Błonnik: 31.73 g; W tym cukry: 39.95 g;	Kcal: 2421.49 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz ogółem: 100.96 g; Węglowodany ogółem: 276.60 g; Kw. tł. nasycone: 34.60 g; Sól: 5.40 g; Sód: 897.91 mg; Błonnik: 29.65 g; W tym cukry: 32.94 g;	Kcal: 2918.35 kcal; Białko ogółem: 140.22 g; Tłuszcz ogółem: 126.53 g; Węglowodany ogółem: 325.82 g; Kw. tł. nasycone: 47.53 g; Sól: 7.53 g; Sód: 1221.81 mg; Błonnik: 33.77 g; W tym cukry: 35.66 g;	Kcal: 1513.74 kcal; Białko ogółem: 102.08 g; Tłuszcz ogółem: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 203.62 g; Kw. tł. nasycone: 13.55 g; Sól: 5.11 g; Sód: 1081.17 mg; Błonnik: 32.89 g; W tym cukry: 36.84 g;	Kcal: 2652.05 kcal; Białko ogółem: 136.08 g; Tłuszcz ogółem: 110.16 g; Węglowodany ogółem: 292.91 g; Kw. tł. nasycone: 46.05 g; Sól: 9.09 g; Sód: 1640.72 mg; Błonnik: 40.79 g; W tym cukry: 47.18 g;	Kcal: 595.84 kcal; Białko ogółem: 36.21 g; Tłuszcz ogółem: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 51.53 g; Kw. tł. nasycone: 17.02 g; Sól: 3.62 g; Sód: 827.62 mg; Błonnik: 3.58 g; W tym cukry: 19.47 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-20 środa	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka złociста 40 g (SOJ, MLE, SEL) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Rzodkiewka 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/3 g (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poleđwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Rzodkiewka 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) Poleđwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata masłowa 16 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Papryka 20 g Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml
	II Ś		Panna cotta z musem truskawkowym b/c 100 g (MLE, SO2)		Panna cotta z musem truskawkowym b/c 100 g (MLE, SO2)	
	Obiad	Krem ziemniaczany z zieleniną podany z grzankami czosnkowymi i zieleń 250ml/14g (MLE, SEL) Lasagne mięsna w sosie pomidorowym z serem podpuszczkowym Gouda 200 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Kompot z jabłek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami i zieleń 250ml/14g (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany na rosolu 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ryż jaśminowy czarny got. z zieleń 200 g Dyńka gotowana 150 g Kompot z jabłek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami i zieleń 250ml/14g (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Ryż jaśminowy czarny got. z zieleń 100 g Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Dyńka gotowana 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami i zieleń 250ml/14g (MLE, SEL) Pulpet drobiowy gotowany na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 60 ml (GLU) Ryż jaśminowy czarny got. z zieleń 200 g Surówka z bordowej kapusty z papryką 150 g Dyńka gotowana 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	
	P	Koktajl bananowy ze szpinakiem na kefirze naturalnym 200 ml (MLE) Biszkopty 30 g (GLU, SOJ, MLE)		Koktajl bananowy ze szpinakiem na kefirze naturalnym 200 ml (MLE)	Koktajl bananowy ze szpinakiem na kefirze naturalnym 200 ml (MLE) Biszkopty 30 g (GLU, SOJ, 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) Sałatka makaronowa z żytniego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poleđwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Sałatka makaronowa z żytniego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Konfitura extra 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) Poleđwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Sałatka makaronowa z żytniego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 50 g (GLU, JAJ, RYB) Rzodkiewka czerwona 60 g Pomidor b/skóry z kostką cebulki 60 g/2 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poleđwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Sałatka makaronowa z żytniego makaronu z kurczakiem i jogurtem naturalnym 100 g (GLU, JAJ, RYB) Rzodkiewka czerwona 60 g Pomidor b/skóry z kostką cebulki 60 g/2 g Herbata owocowa b/c malinowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Deliser 1 szt (MLE) Ser biały - plaster z koperkiem 20 g/1g (MLE) Mix sałat z młodymi listkami buraczka 10 g
	Pn	Panna cotta z musem truskawkowym 100 g (MLE, SO2)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Jajko got. na twardo 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) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl. L ze szczypiorkiem 1 szt/ 1g (JAJ) Pomidory koktajlowe 60 g Jabłko gotowane 1 szt Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml	
	Kcal: 2584.21 kcal; Białko ogółem: 97.93 g; Tłuszcz ogółem: 105.48 g; Węglowodany ogółem: 294.89 g; Kw. tł. nasycone: 53.89 g; Sól: 4.45 g; Sód: 1242.86 mg; Blonnik: 28.73 g; W tym cukry: 93.25 g;	Kcal: 2591.80 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz ogółem: 95.03 g; Węglowodany ogółem: 322.53 g; Kw. tł. nasycone: 48.14 g; Sól: 5.17 g; Sód: 1142.44 mg; Blonnik: 27.51 g; W tym cukry: 64.63 g;	Kcal: 2953.56 kcal; Białko ogółem: 120.55 g; Tłuszcz ogółem: 108.08 g; Węglowodany ogółem: 367.60 g; Kw. tł. nasycone: 57.65 g; Sól: 6.15 g; Sód: 1308.54 mg; Blonnik: 33.36 g; W tym cukry: 81.32 g;	Kcal: 1577.28 kcal; Białko ogółem: 78.30 g; Tłuszcz ogółem: 57.44 g; Węglowodany ogółem: 201.57 g; Kw. tł. nasycone: 21.99 g; Sól: 3.16 g; Sód: 772.90 mg; Blonnik: 29.12 g; W tym cukry: 65.64 g;	Kcal: 2850.31 kcal; Białko ogółem: 119.61 g; Tłuszcz ogółem: 112.66 g; Węglowodany ogółem: 355.80 g; Kw. tł. nasycone: 58.16 g; Sól: 6.34 g; Sód: 1447.14 mg; Blonnik: 48.09 g; W tym cukry: 88.31 g;	Kcal: 533.65 kcal; Białko ogółem: 33.60 g; Tłuszcz ogółem: 20.81 g; Węglowodany ogółem: 60.21 g; Kw. tł. nasycone: 13.38 g; Sól: 3.09 g; Sód: 576.58 mg; Blonnik: 3.99 g; W tym cukry: 20.06 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-21 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) Serek wiejski 1 szt 200 g (MLE) Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c truskawkowa 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek wiejski 1 szt 200 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 Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek wiejski 1 szt 200 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek kiszony 60 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 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, SO2) Serek wiejski 1 szt 200 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek kiszony 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 drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek kanapkowy naturalny 1 szt (MLE) Ser mozzarella plastry 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g	
	II Ś		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 150 g 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 Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch 1 szt (MLE) Jabłko pieczone 150 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml		
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami i ziel 250ml/30g (MLE, SEL) Kotlet schabowy w panierce, pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g (MLE) Surówka koperkowa z białej kapusty z oliwą 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pejzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada wp wołowa mielona, faszerowana marchewką na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g (MLE) Cukinia gotowana na parze 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pejzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada dr. mielona z marchewką i pietruszką gotowana na parze 100 g (GLU, JAJ) Surówka koperkowa z białej kapusty z oliwą 150 g Ziemniaki gotowane z koperkiem 100 g Cukinia gotowana na parze 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pejzanka z ziemniakami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Rolada wp. wołowa mielona faszerowana z marchewką na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 60 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem 200 g Cukinia gotowana na parze 150 g Surówka koperkowa z białej kapusty z oliwą 150 g Woda z pomarańczą 200 ml		
	P	Jabłko ćw. gotowane w sosie waniliowym 140g/120ml 200 ml (MLE)		Jabłko ćw. gotowane w sosie waniliowym b/c 100g/80ml 200 ml (MLE)			
2026-05-21	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Jogurt naturalny z truskawką 1 szt (MLE) Konfitura extra wiśniowa 1 szt /20g Papryka świeża 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny z truskawkami 1 szt (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt /20g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 50 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Pasta z kalafiora z czarnuszką 60g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Tylżycki 20 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 20 g Pomidory koktajlowe 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml	
	Pn	Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt Biszkopty 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ)	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) Buraczki gotowane kostka 30g Pasta z brokuła z pestkami dyni 30g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)	Sok buraczkowy z jabłkiem 1 szt 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 Kiri (17g) 1 szt (MLE) Buraczki gotowane kostka 30g Pasta z brokuła z pestkami dyni 30g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)		
2026-05-21	Kcal: 2405.26 kcal; Białko ogółem: 83.45 g; Tłuszcz ogółem: 110.68 g; Węglowodany ogółem: 236.95 g; Kw. tł. nasycone: 37.36 g; Sól: 7.16 g; Sód: 1750.42 mg; Błonnik: 22.75 g; W tym cukry: 48.73 g;	Kcal: 2339.26 kcal; Białko ogółem: 85.82 g; Tłuszcz ogółem: 103.52 g; Węglowodany ogółem: 251.87 g; Kw. tł. nasycone: 37.34 g; Sól: 5.63 g; Sód: 1301.79 mg; Błonnik: 17.19 g; W tym cukry: 37.46 g;	Kcal: 3416.61 kcal; Białko ogółem: 144.97 g; Tłuszcz ogółem: 159.60 g; Węglowodany ogółem: 339.60 g; Kw. tł. nasycone: 69.34 g; Sól: 8.79 g; Sód: 1704.70 mg; Błonnik: 25.19 g; W tym cukry: 73.82 g;	Kcal: 1475.84 kcal; Białko ogółem: 67.64 g; Tłuszcz ogółem: 66.83 g; Węglowodany ogółem: 161.25 g; Kw. tł. nasycone: 18.62 g; Sól: 4.71 g; Sód: 1449.15 mg; Błonnik: 20.57 g; W tym cukry: 48.21 g;	Kcal: 3074.99 kcal; Białko ogółem: 143.22 g; Tłuszcz ogółem: 148.17 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; Kw. tł. nasycone: 67.68 g; Sól: 10.04 g; Sód: 2261.89 mg; Błonnik: 39.50 g; W tym cukry: 87.72 g;	Kcal: 563.28 kcal; Białko ogółem: 37.17 g; Tłuszcz ogółem: 22.05 g; Węglowodany ogółem: 61.41 g; Kw. tł. nasycone: 14.53 g; Sól: 3.48 g; Sód: 568.89 mg; Błonnik: 4.04 g; W tym cukry: 20.62 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-22 piątek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka zciosta 40g (SOJ, MLE, SEL) Pasta z makreli z twarogiem i zieleciną 60 g (RYB, MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Cykorcia 60 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z ryby gotowanej z jarzynami gotowanymi 60 g (RYB, SEL) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Buraczki gotowane plasterki 60 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Pasta z ryby gotowanej z jarzynami gotowanymi 60 g (RYB, SEL) Cykorcia 60 g Buraczki gotowane kostka 60 g Herbata ziołowa melisa 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) Pasta z makreli i twarogu z tartym ogórkiem kiszonym b/s 60 g (RYB, SEL) Cykorcia 60 g Buraczki gotowane kostka 60 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, SO2) Serek Deliser 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Edam 20 g (MLE) Rukola 20 g Miód sztukowy 25g 1 szt
				Pierogi z jabłkiem 125 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowy z cynamonem 20 g (MLE) Herbata zielona 200 ml	Pierogi z jabłkiem 125 g (GLU, JAJ, MLE) Sos jogurtowy z cynamonem 20 g (MLE) Herbata zielona b/c 200 ml	
	Obiad	Pieczarkowa z łaną kluseczką i ziel 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba dorsz w cieście naleśnikowym, smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem puree got 200 g Surówka żydowska z oliwą 150 g (SEL, SO2) Kompot z truskawek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Pomidorowa z łaną kluseczką i ziel 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba Dorsz pieczona w ziołach na parze 100 g (RYB) Sos kremowy z tartą cukinią 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem puree got 200 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokół, marchew) 150 g Kompot z truskawek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Pomidorowa z łaną kluseczką i ziel 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba Dorsz pieczona w ziołach na parze 100 g (RYB) Ziemniaki z koperkiem got100g Surówka żydowska z oliwą 150 g (SEL, SO2) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokół, marchew) 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml	Pomidorowa z łaną kluseczką i ziel 250ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ryba Dorsz pieczona w ziołach na parze 100 g (RYB) Sos kremowy z cukinią 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki z koperkiem got 200 g Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokół, marchew) 150 g Surówka żydowska z oliwą 150 g (SEL, SO2) Kompot z truskawek b/c 200 ml	
		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE)	Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Pasta mięsna z warzywami 50 g (SEL) Ciecierzycza po bretońsku, duszona 100 g (GLU, SOJ) Konfitura extra morelowa 1 szt/20 g 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 z warzywami 100 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Sałata masłowa 16 g Konfitura extra morelowa 1 szt/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) Pasta mięsna z warzywami 60 g (SEL) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Serek Deliser 1 szt (MLE) 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 z warzywami 60 g (SEL) Serek Deliser 1 szt (MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt 1 szt (MLE) Sałata lodowa z warzywami i oliwą 100 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) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml
		Serek Bieluch naturalny 1 szt (MLE)	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) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa wiśniowa 150 ml	Serek Bieluch naturalny 1 szt (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 Bieluch 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pomidor b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	
	Kcal: 2502.92 kcal; Białko ogółem: 119.04 g; Tłuszcz ogółem: 116.84 g; Węglowodany ogółem: 246.72 g; Kw. tł. nasycone: 47.66 g; Sól: 5.52 g; Sód: 1960.61 mg; Błonnik: 26.36 g; W tym cukry: 47.10 g	Kcal: 2354.52 kcal; Białko ogółem: 109.51 g; Tłuszcz ogółem: 117.55 g; Węglowodany ogółem: 223.56 g; Kw. tł. nasycone: 50.02 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1117.54 mg; Błonnik: 20.39 g; W tym cukry: 43.98 g	Kcal: 2639.91 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz ogółem: 117.74 g; Węglowodany ogółem: 290.33 g; Kw. tł. nasycone: 46.85 g; Sól: 5.28 g; Sód: 1299.39 mg; Błonnik: 25.41 g; W tym cukry: 50.72 g	Kcal: 1546.27 kcal; Białko ogółem: 90.50 g; Tłuszcz ogółem: 74.44 g; Węglowodany ogółem: 140.61 g; Kw. tł. nasycone: 28.39 g; Sól: 3.51 g; Sód: 949.73 mg; Błonnik: 24.63 g; W tym cukry: 42.93 g	Kcal: 2600.73 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz ogółem: 122.01 g; Węglowodany ogółem: 268.44 g; Kw. tł. nasycone: 45.41 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1522.99 mg; Błonnik: 39.32 g; W tym cukry: 51.32 g	Kcal: 600.48 kcal; Białko ogółem: 27.01 g; Tłuszcz ogółem: 18.60 g; Węglowodany ogółem: 70.86 g; Kw. tł. nasycone: 14.22 g; Sól: 2.81 g; Sód: 632.03 mg; Błonnik: 3.39 g; W tym cukry: 19.27 g

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-23 sobota	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Serek Fromage naturalny 50 g (MLE) Parówka drobiowa 2 szt Ketchup 10 g Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Pomidor 60 g Jabłko 1 szt Kawa zbożowa gotowana 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) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Serek Fromage naturalny 50 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Cykorcia 20 g Banan 1 szt Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1 szt Połędwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Fromage naturalny 50 g (MLE) Cykorcia 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Kawa zbożowa gotowana na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Bułka kajzerka 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Połędwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Serek Fromage naturalny 50 g (MLE) Cykorcia 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Kawa zbożowa gotowana 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 puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z brokuła 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 150 ml
			Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1 szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi, mozzarella z oliwą 30 g/40 g/30g/2 g Herbata owocowa żurawinowa 150 ml		Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1 szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SOZ) Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi, mozzarella z oliwą 30 g/40 g/30g/2 g Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml	
	Obiad	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy w sosie własnym z marchewką i cukinią gotowany 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Surówka delikatna 150 g Szpinak duszony 150 g (GLU) Woda z miętą 200 ml	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy w sosie własnym z marchewką i cukinią gotowany 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Szpinak duszony 150 g (GLU) Burażki gotowane w kostce 150 g Woda z miętą 200 ml	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy b/sosu z marchewką i cukinią gotowany 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Szpinak duszony 150 g (GLU) Surówka delikatna 150 g Woda z miętą 200 ml	Selerowa z ryżem czerwonym i ziel 250 ml (MLE, SEL) Gulasz drobiowy w sosie własnym z marchewką i cukinią gotowany 180 g (GLU) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Szpinak duszony 150 g (GLU) Surówka delikatna 150 g Woda z miętą 200 ml	
				Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Suchary 20 g (GLU, SOJ, MLE)	Actimel 1 szt 1 szt (MLE)	Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Suchary 20 g (GLU, SOJ, MLE)
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galeareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Rzodkiewka 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250ml/3g 250 ml (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Galeareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z brzoskwinia 60 g (MLE) Rozspanka 20 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Galeareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony b/s 20 g Rzodkiewka 60 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Galeareta rybna z warzywami 100 g (RYB, SEL) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Ogórek kiszony b/s 20 g Rzodkiewka 60 g Mleko gotowane b/c 200 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ogórek kiszony b/s 20 g Sałata masłowa 8 g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa wiśniowa b/c 150 ml
		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Serek Haga (17g) 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata ziołowa mięta 150 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Haga (17g) 1 szt (MLE) Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Rukola 10 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 150 ml	
	Kcal: 2550.04 kcal; Białko ogółem: 116.84 g; Tłuszcz ogółem: 89.13 g; Węglowodany ogółem: 295.49 g; Kw. tł. nasycone: 51.90 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2342.34 mg; Błonnik: 35.36 g; W tym cukry: 62.74 g;	Kcal: 2498.27 kcal; Białko ogółem: 112.52 g; Tłuszcz ogółem: 84.86 g; Węglowodany ogółem: 294.73 g; Kw. tł. nasycone: 48.00 g; Sól: 4.48 g; Sód: 1209.54 mg; Błonnik: 25.44 g; W tym cukry: 55.97 g;	Kcal: 3154.63 kcal; Białko ogółem: 139.49 g; Tłuszcz ogółem: 110.60 g; Węglowodany ogółem: 376.28 g; Kw. tł. nasycone: 62.79 g; Sól: 6.36 g; Sód: 1536.04 mg; Błonnik: 32.43 g; W tym cukry: 75.59 g;	Kcal: 1559.37 kcal; Białko ogółem: 89.43 g; Tłuszcz ogółem: 48.46 g; Węglowodany ogółem: 205.06 g; Kw. tł. nasycone: 21.10 g; Sól: 4.01 g; Sód: 1331.72 mg; Błonnik: 29.31 g; W tym cukry: 42.20 g;	Kcal: 3223.05 kcal; Białko ogółem: 142.03 g; Tłuszcz ogółem: 118.50 g; Węglowodany ogółem: 379.94 g; Kw. tł. nasycone: 63.12 g; Sól: 7.27 g; Sód: 1923.43 mg; Błonnik: 45.77 g; W tym cukry: 66.01 g;	Kcal: 801.69 kcal; Białko ogółem: 46.83 g; Tłuszcz ogółem: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 78.27 g; Kw. tł. nasycone: 22.83 g; Sól: 3.44 g; Sód: 601.40 mg; Błonnik: 3.72 g; W tym cukry: 19.25 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczow. węgł.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-24 niedziela	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Jogurt naturalny z wanilią 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Ogórek świeży b/skóry ze szczypiorkiem 60 g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny z truskawką 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Ogórek świeży b/skóry ze szczypiorkiem 60 g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Ogórek świeży b/skóry ze szczypiorkiem 60 g/1g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Haga 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 150 ml	
	II S		Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Banana 1 szt		Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Banana 1 szt Czekolada gorzka b/c 10 g (GLU)		
	Obiad	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Klopsiki wp. mielone, gotowane 2 szt / 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Kasza kuskus z ziel i warzywami gotowana 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany na parze 150 g Dyńa gotowana w kostce 150 g Kompot owocowy 200 ml	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Klopsiki wp. mielone, gotowane 2 szt / 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Kasza kuskus z ziel i warzywami gotowana 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany na parze 150 g Dyńa gotowana w kostce 150 g Kompot owocowy 200 ml	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Klopsiki wp. mielone, gotowane 2 szt / 100 g (GLU, JAJ) Kasza kuskus z ziel i warzywami gotowana 100 g (GLU, SEL) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej, ogórkiem, pomidorem i kukurydzą z olejem 150 g Dyńa gotowana w kostce 150 g Kompot owocowy 200 ml	Ziemniaczana z zielonym groszkiem i ziel 250 ml (MLE, SEL) Klopsiki wp. mielone, gotowane 2 szt / 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 60 ml (GLU) Kasza kuskus z ziel i warzywami gotowana 200 g (GLU, SEL) Surówka szwedzka z kapusty pekińskiej, ogórkiem, pomidorem i kukurydzą z olejem 150 g Dyńa gotowana w kostce 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml		
	P	Sok marchwiowo-jabłkowy 100 % tłoczony 1szt Ciastka kruche zbożowe 40 g (GLU)			Sok marchwiowo-jabłkowy 100 % tłoczony 1 szt Ciastka kruche zbożowe b/d/c 40 g (GLU)	Sok marchwiowo-jabłkowy 100 % tłoczony 1 szt Ciastka kruche zbożowe b/d/c 40 g (GLU)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 100 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlna 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski ze szczypiorkiem 1 szt/200 g (MLE) Powidła - 1 szt/20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 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/200 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Buraczki gotowane 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1szt Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt/200 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Buraczki gotowane 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek wiejski 1 szt/200 g (MLE) Ogórek świeży b/skóry 60 g Buraczki gotowane 60 g Herbata ziołowa mięta b/c 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 puszysty Tartare 1szt (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Cykorja 20 g Konfitura extra morelowa 1 szt/20g	
	Pt	Baton twarogowy 1 szt (GLU, MLE)	Banana 1 szt	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Schab benedyktyński 20 g (SOJ) Skyr naturalny 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Mix sałat 20 g Herbata owocowa żurawinowa 150 ml	Sok pomidorowy łagodny 300 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Schab benedyktyński 20 g (SOJ) Skyr naturalny 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata owocowa b/c żurawinowa 150 ml	
	Kcal: 2572.39 kcal; Białko ogółem: 81.86 g; Tłuszcz ogółem: 109.38 g; Węglowodany ogółem: 310.33 g; Kw. tł. nasycone: 41.44 g; Sól: 6.15 g; Sód: 1329.68 mg; Błonnik: 29.31 g; W tym cukry: 40.65 g;	Kcal: 2467.61 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz ogółem: 90.14 g; Węglowodany ogółem: 340.98 g; Kw. tł. nasycone: 38.60 g; Sól: 5.39 g; Sód: 1209.43 mg; Błonnik: 27.65 g; W tym cukry: 70.21 g;	Kcal: 2804.21 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz ogółem: 102.31 g; Węglowodany ogółem: 374.97 g; Kw. tł. nasycone: 45.92 g; Sól: 6.58 g; Sód: 1367.49 mg; Błonnik: 29.43 g; W tym cukry: 71.67 g;	Kcal: 1449.28 kcal; Białko ogółem: 68.49 g; Tłuszcz ogółem: 50.28 g; Węglowodany ogółem: 192.18 g; Kw. tł. nasycone: 16.95 g; Sól: 3.78 g; Sód: 994.67 mg; Błonnik: 23.68 g; W tym cukry: 34.82 g;	Kcal: 2821.87 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz ogółem: 113.84 g; Węglowodany ogółem: 353.22 g; Kw. tł. nasycone: 48.11 g; Sól: 6.84 g; Sód: 1534.81 mg; Błonnik: 37.02 g; W tym cukry: 70.56 g;	Kcal: 493.53 kcal; Białko ogółem: 28.95 g; Tłuszcz ogółem: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 69.71 g; Kw. tł. nasycone: 11.86 g; Sól: 2.51 g; Sód: 473.30 mg; Błonnik: 4.16 g; W tym cukry: 20.62 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczowprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-25 poniedziałek	Srzedanie	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 Gouda 40 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Sałata masłowa 8 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 150 ml (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rogal z makiem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g szt Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml Zupa ml. z kaszą kukurydzianą 150 ml (MLE)	Rogal z makiem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Sałata masłowa 8 g Pasta z marchewki z czarnuszką 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Rogal z makiem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ser podpuszczkowy Gouda 40 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 b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ) Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Kiri 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 20 g Miód sztukowy 25g 1 szt	
	II S		Pieczywo chrupkie 30 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa melisa 150 ml		Pieczywo chrupkie 30 g (GLU, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Pomidor b/skóry 60 g Herbata ziołowa melisa b/c 150 ml		
	Obiad	Porowa przecierana z laną kluseczką i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kotlet jajeczny pieczony 100 g (GLU, JAJ) Ziemniaki z koperkiem puree 200 g Marchewka z groszkiem z bufecką zasmażana 150 g (GLU) Woda z pomarańczą 200 ml	Dyniowy krem na rosole z kurkumą i z makaronem żytnim z ziel 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Bitka z indyka gotowana na wywarze jarzynowym 100 g (GLU) Sos majerankowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Kalaflor gotowany na parze 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Porowa przecierana z laną kluseczką i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Bitka z indyka gotowana na wywarze jarzynowym 100 g (GLU) Sos majerankowy 60 ml (GLU) Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Ziemniaki gotowane z ziel. 100 g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z olejem 100 g Woda z pomarańczą 200 ml	Porowa przecierana z laną kluseczką i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Bitka z indyka gotowana na wywarze jarzynowym 100 g (GLU) Sos majerankowy 60 ml (GLU) Ziemniaki gotowane z ziel. 200 g Marchewka z groszkiem gotowana 150 g Surówka wiosenna (sałata, rzodkiewka, ogórek św.) z olejem 150 g Woda z pomarańczą 200 ml		
	P	Drożdżówka z budyniem 1 szt (GLU, JAJ, MLE) Mleko gotowane 150 ml (MLE)		Wafle ryżowe 10g Mleko gotowane z cynamonem 100 ml (MLE)	Wafle ryżowe 10g Banan 1 szt Mleko gotowane z cynamonem 150 ml (MLE)		
	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) Miód sztukowy 25g 1 szt Pomidor b/s plasterki 60g 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) Ser mozzarella 30 g (MLE) Miód sztukowy 25g 1 szt 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) 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) 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 Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek Deliser 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Rzodkiewka czerwoną 20g Rukola 20 g Konfitura extra truskawkowa 1 szt	
	Pn	Budyń śmietankowy gotowany na mleku z musem truskawkowym 200 ml (MLE)	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser biały plaster z jogurtem 40/5 g (MLE) Cykoria 20 g Herbata zielona 150 ml	Jabłko 1 szt	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser biały plaster z jogurtem 40/5 g (MLE) Cykoria 20 g Herbata zielona b/c 150 ml		
2026-05-25	Kcal: 2626.66 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz ogółem: 98.60 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; Kw. tł. nasycone: 44.78 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2067.37 mg; Błonnik: 26.26 g; W tym cukry: 79.96 g;	Kcal: 2592.07 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz ogółem: 86.06 g; Węglowodany ogółem: 353.92 g; Kw. tł. nasycone: 41.84 g; Sól: 4.61 g; Sód: 1227.82 mg; Błonnik: 19.81 g; W tym cukry: 72.27 g;	Kcal: 3010.22 kcal; Białko ogółem: 142.25 g; Tłuszcz ogółem: 105.25 g; Węglowodany ogółem: 390.13 g; Kw. tł. nasycone: 51.41 g; Sól: 6.18 g; Sód: 1438.92 mg; Błonnik: 23.48 g; W tym cukry: 56.87 g;	Kcal: 1554.18 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz ogółem: 63.63 g; Węglowodany ogółem: 168.21 g; Kw. tł. nasycone: 18.66 g; Sól: 4.02 g; Sód: 1072.06 mg; Błonnik: 24.52 g; W tym cukry: 44.48 g;	Kcal: 2541.97 kcal; Białko ogółem: 135.40 g; Tłuszcz ogółem: 117.16 g; Węglowodany ogółem: 248.96 g; Kw. tł. nasycone: 50.46 g; Sól: 6.80 g; Sód: 1782.55 mg; Błonnik: 27.05 g; W tym cukry: 43.16 g;	Kcal: 587.26 kcal; Białko ogółem: 30.03 g; Tłuszcz ogółem: 18.74 g; Węglowodany ogółem: 88.60 g; Kw. tł. nasycone: 12.47 g; Sól: 3.06 g; Sód: 567.30 mg; Błonnik: 4.00 g; W tym cukry: 19.30 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwo przysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-26 wtorek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Masło 20 g (MLE) Szynka gotowana - wędlna 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch waniliowy 1 szt (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt Papryka 60 g Kakao gotowane na mleku z cukrem 250 ml/3 g (SOJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch waniliowy 1 szt (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt/20 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch naturalny 1 szt (MLE) Papryka 60 g 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek Bieluch naturalny 1 szt (MLE) Papryka 60 g Pomidory koktajlowe 60 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek kremowy ziołowy 17 g (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Mix sałat 20 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml	
	II S		Galaretka b/c o smaku cytrynowym z truskawkami polana słodką śmietanką podany z biszkoitem 200g/20g 200 g (MLE)		Galaretka b/c o smaku cytrynowym z truskawkami polana słodką śmietanką podana z biszkoitem 200g/20g 200 g (MLE)		
	Obiad	Botwinka z ziemniakami i zieleń 250ml/30g 250 ml (GLU, MLE, SEL) Karkówka – zraz staropolski duszony 100 g (GLU) Sos pieczeniowy z cebulką 60 ml (GLU) Kasza jęczmienna got z koperkiem 200 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z marchewką z oliwą 150 g Kompot z jabłek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Solferino z ziemniakami i zieleń 250ml/30g (MLE, SEL) Rolada wp faszerowana warzywami gotowana na parze 100 g (GLU, JAJ) Sos dyniowy 60 ml (GLU, MLE) Kasza jęczmienna got z koperkiem 200 g (GLU) Groszek gotowany na parze 150 g Kompot z jabłek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Solferino z ziemniakami i zieleń 250ml/30g (MLE, SEL) Rolada wp faszerowana warzywami gotowana na parze 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna got z koperkiem 100 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z marchewką z oliwą 150 g Groszek gotowany na parze 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml	Solferino z ziemniakami i zieleń 250ml/30g (MLE, SEL) Rolada wp faszerowana warzywami gotowana na parze 100 g (GLU, JAJ) Kasza jęczmienna got z koperkiem 200 g (GLU) Surówka z kiszanej kapusty z marchewką z olejem 150 g Kompot z jabłek b/c 200 ml		
	P	Podpłomyki 2 szt (GLU, MLE) Sok 100 % jabłko 1 szt kartonik		Podpłomyki 1 szt (GLU, MLE) Sok 100 % jabłko 1 szt kartonik	Podpłomyki 1 szt (GLU, MLE) Sok 100 % jabłko 1 szt kartonik	Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Podpłomyki 2 szt (GLU, MLE)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Buraczki plasterki 60 g Herbata ziołowa rumianek b/c 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Mus z truskawek 20 g Szpinak baby 20 g Herbata ziołowa rumianek b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Połędwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Ser biały - pasta z koperkiem 20 g (MLE) Pomidor b/skóry ze szczypiorkiem 60 g Buraczki plasterki 60 Herbata ziołowa rumianek b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Połędwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Ser biały - pasta z koperkiem 20 g (MLE) Pomidor b/skóry ze szczypiorkiem 60 g Buraczki plasterki 60 Pomidor b/skóry ze szczypiorkiem 60 g Herbata ziołowa rumianek b/c 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 Haga 1 szt (MLE) Ser biały - pasta z koperkiem 20 g (MLE) Roszponka 20 g Mus z jabłka 20 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml	
	Pn	Kefir naturalny 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) Pasta z jajka z koperkiem 100 g (JAJ, GOR) Papryka ćw. 40 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa truskawkowa 150 ml	Kefir naturalny 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) Pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJ, GOR) Papryka ćw. 40 g Sałata masłowa 8 g Herbata owocowa b/c truskawkowa 150 ml		
	Kcal: 2459.10 kcal; Białko ogółem: 101.89 g; Tłuszcz ogółem: 110.92 g; Węglowodany ogółem: 260.08 g; Kw. tł. nasycone: 51.06 g; Sól: 6.14 g; Sód: 1233.90 mg; Błonnik: 22.35 g; W tym cukry: 57.19 g;	Kcal: 2467.07 kcal; Białko ogółem: 110.02 g; Tłuszcz ogółem: 103.44 g; Węglowodany ogółem: 286.48 g; Kw. tł. nasycone: 46.65 g; Sól: 4.84 g; Sód: 911.25 mg; Błonnik: 25.60 g; W tym cukry: 44.42 g;	Kcal: 2620.08 kcal; Białko ogółem: 122.26 g; Tłuszcz ogółem: 103.52 g; Węglowodany ogółem: 312.61 g; Kw. tł. nasycone: 50.74 g; Sól: 6.09 g; Sód: 1089.51 mg; Błonnik: 27.81 g; W tym cukry: 47.53 g;	Kcal: 1528.53 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz ogółem: 52.56 g; Węglowodany ogółem: 186.40 g; Kw. tł. nasycone: 20.89 g; Sól: 3.27 g; Sód: 677.64 mg; Błonnik: 26.31 g; W tym cukry: 40.02 g;	Kcal: 2674.55 kcal; Białko ogółem: 124.29 g; Tłuszcz ogółem: 108.13 g; Węglowodany ogółem: 313.94 g; Kw. tł. nasycone: 51.76 g; Sól: 7.16 g; Sód: 1558.83 mg; Błonnik: 41.74 g; W tym cukry: 56.45 g;	Kcal: 558.09 kcal; Białko ogółem: 34.17 g; Tłuszcz ogółem: 16.72 g; Węglowodany ogółem: 62.08 g; Kw. tł. nasycone: 14.21 g; Sól: 2.96 g; Sód: 639.87 mg; Błonnik: 3.80 g; W tym cukry: 19.50 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Zogr. łatwo przysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-27 środa DZIEŃ MAKARONOWY	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem 40 g (MLE, JAJ) Sałatka z buraka z mozzarellą i pestkami słonecznika 100 g (MLE, SEZ) Mus z jabłka 20 g Herbata z cytryną i cukrem 200 ml Zupa ml. z makaronem 150 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem 40 g (MLE, JAJ) Pasta warzywna (włoszczyzna) 60 g (SEL) Mus z jabłka 20 g Herbata z cytryną i cukrem 200 ml Zupa ml. z makaronem 150 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1 szt 1 szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem 40 g (MLE, JAJ) Sałatka z buraka z mozzarellą i pestkami słonecznika 60 g (MLE, SEZ) Jabłko 1 szt Herbata z cytryną b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem 40 g (MLE, JAJ) Sałatka z buraka z mozzarellą i pestkami słonecznika 60 g (MLE, SEZ) Jabłko 1 szt Herbata z cytryną b/c 200 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) Roszponka 20 g Ogórek świeży b/skóry 20 g Konfitura extra truskawkowa 1 szt
	II S		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1 szt 1 szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Actimel 1 szt 1 szt (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 1 szt 1 szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Actimel 1 szt 1 szt (MLE) Pasta z marchewki z czarnuszką 30 g Cykoria 10 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 150 ml (MLE)	
	Obiad	Truskawkowa z makaronem żytnim 250 ml (GLU, MLE) Makaron spaghetti z sosem bolognese 200 g/100 g (GLU) Surówka z pora, jabłka, marchwi i kukurydzy z oliwą 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml	Truskawkowa z makaronem żytnim 250 ml (GLU, MLE) Makaron penne z kurczakiem w sosie śmietanowym 200 g/100 g (GLU, JAJ, MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Woda z cytryną 200 ml	Truskawkowa z makaronem żytnim 250 ml (GLU, MLE) Makaron penne z kurczakiem w sosie śmietanowym 100 g/70 g (GLU, JAJ, MLE) Surówka z pora, jabłka, marchwi z kukurydzą i oliwą 100 g (JAJ, GOR) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Woda z cytryną 200 ml	Truskawkowa z makaronem żytnim 250 ml (GLU, MLE) Makaron penne z kurczakiem w sosie śmietanowym 200 g/100 g (GLU, JAJ, MLE) Szpinak baby z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 150 g Surówka z pora, jabłka, marchwi i kukurydzy z oliwą 150 g (JAJ, GOR) Woda z cytryną 200 ml	
	P	Kakao gotowane na mleku b/c 200 ml (MLE) Ciastka kruche owsiane b/c 50 g (GLU)		Jabłko 140 g 1 szt Ciastka kruche owsiane b/c 20 g (GLU)	Kakao gotowane na mleku b/c 200 ml (MLE) Ciastka kruche owsiane b/c 50 g (GLU)	
	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) Sałatka makaronowa wiosenna z wędliną 100 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Konfitura extra morelowa 1 szt Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlina 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl. L 1 szt (JAJ) Konfitura extra morelowa 1 szt Jabłko gotowane 1 szt Rukola 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1 szt 1 szt Kurczak gotowany - wędlina 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jajko got. na twardo kl. L 1 szt (JAJ) Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa melisa 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) Sałatka makaronowa wiosenna z wędliną 60 g (GLU, JAJ, RYB) Rzodkiewka czerwona 60 g Herbata ziołowa melisa b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane z pestkami dyni 20 g Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Gouda 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Papryka świeża 20 g
	Pn	Zapiekanka makaronowa z twarogiem polana musem porzeczkowym 100g/20g 100 g (GLU, JAJ, SOJ, 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 melisa 150 ml	Jogurt naturalny 100g 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 10 g Mus z truskawek 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 150 ml	
2026-05-27	Kcal: 2433.89 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz ogółem: 104.91 g; Węglowodany ogółem: 259.39 g; Kw. tł. nasycone: 44.23 g; Sól: 5.77 g; Sód: 1298.68 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 55.23 g;	Kcal: 2427.77 kcal; Białko ogółem: 108.99 g; Tłuszcz ogółem: 95.66 g; Węglowodany ogółem: 224.99 g; Kw. tł. nasycone: 43.19 g; Sól: 5.97 g; Sód: 1194.88 mg; Błonnik: 19.60 g; W tym cukry: 49.04 g;	Kcal: 2750.77 kcal; Białko ogółem: 123.09 g; Tłuszcz ogółem: 105.19 g; Węglowodany ogółem: 291.63 g; Kw. tł. nasycone: 50.50 g; Sól: 7.68 g; Sód: 1413.96 mg; Błonnik: 22.32 g; W tym cukry: 53.31 g;	Kcal: 1520.39 kcal; Białko ogółem: 65.95 g; Tłuszcz ogółem: 60.61 g; Węglowodany ogółem: 154.41 g; Kw. tł. nasycone: 16.57 g; Sól: 3.66 g; Sód: 708.99 mg; Błonnik: 23.99 g; W tym cukry: 50.04 g;	Kcal: 2846.93 kcal; Białko ogółem: 124.72 g; Tłuszcz ogółem: 120.55 g; Węglowodany ogółem: 286.84 g; Kw. tł. nasycone: 51.91 g; Sól: 8.36 g; Sód: 1714.20 mg; Błonnik: 35.28 g; W tym cukry: 56.17 g;	Kcal: 770.91 kcal; Białko ogółem: 51.76 g; Tłuszcz ogółem: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 60.63 g; Kw. tł. nasycone: 24.04 g; Sól: 3.66 g; Sód: 567.29 mg; Błonnik: 4.10 g; W tym cukry: 20.04 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-28 czwartek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Hummus domowy 60 g Konfitura extra 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) Poleđwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z białek jaj z masłem i koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Konfitura extra 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) Rama bezmleczna 1szt Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z białek jaj z masłem i koperkiem 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) Poleđwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Pasta z białek jaj z masłem i koperkiem 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 Poleđwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Ser podpuszczkowy Edam 20 g (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Ogórek kiszony plasterki b/s 20 g Herbata zielona b/c 150 ml
	II ś		Kefir 200g 1 szt (MLE) Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko pieczone 150 g		Kefir 200g 1 szt (MLE) Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Jabłko pieczone 150 g	
	Obiad	Wielowarzywna z brukselką i zacierką z ziel 250ml/30g 250 ml (MLE, SEL) Fasolka po bretońsku 180 g (GLU, JAJ) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 200 g Ogórek kiszony ćw. 150 g Kompot owocowy 200 ml	Grysikowa na rosole z tartymi jarzynami i zieleńnią 250 ml (GLU, MLE, SEL) Udko drobiowe b/s b/k gotowane na wywarze jarzynowym 1 szt (SEL) Sos majerankowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 200 g Marchew junior gotowana 150 g Kompot owocowy 200 ml	Grysikowa na rosole z tartymi jarzynami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Udko drobiowe b/s b/k gotowane na wywarze jarzynowym 1 szt (SEL) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 100 g Marchew junior gotowana 150 g Ogórek kiszony ćw. 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	Grysikowa na rosole z tartymi jarzynami i ziel 250 ml (GLU, MLE, SEL) Udko drobiowe b/s b/k gotowane na wywarze jarzynowym 1 szt (SEL) Sos majerankowy 60 ml (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zieleńnią 200 g Marchew junior gotowana 150 g Ogórek kiszony ćw. 150 g Kompot owocowy b/c 200 ml	
	P	Kasza jagłana na mleku gotowana z mussem jabłkowym 250g/30g (SOJ)		Kasza jagłana na mleku gotowana z mussem jabłkowym 200g/30g (SOJ)	Kasza jagłana na mleku gotowana z mussem jabłkowym 250g/30g (SOJ)	
	Kolacja	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Twarożek z koperkiem 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) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Sałata masłowa 16 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 1 szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Sałata masłowa 16 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) Szynka delikatna z fileta 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Sałata masłowa 16 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 naturalny 17 g (MLE) Ser mozzarella 20 g (MLE) Rzodkiewka czerwona 20 g Rukola 20 g Mus z truskawek 20 g
	Pn	Jogurt naturalny z wanilią 150g 1 szt (MLE)		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Masło 10 g (MLE) Poleđwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pomidor b/s z mozzarellą oliwą 60g/10g/1g 60 g Mleko gotowane 150 ml (MLE)	Kefir 200g 1 szt (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poleđwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pomidor b/s z mozzarellą oliwą 60g/10g/1g 60 g Mleko gotowane b/c 150 ml (MLE)
	Kcal: 2483.82 kcal; Białko ogółem: 108.87 g; Tłuszcz ogółem: 87.02 g; Węglowodany ogółem: 326.91 g; Kw. tł. nasycone: 38.44 g; Sól: 8.89 g; Sód: 2284.08 mg; Błonnik: 28.94 g; W tym cukry: 32.99 g; Magnez: 358.86 mg;	Kcal: 2436.72 kcal; Białko ogółem: 102.57 g; Tłuszcz ogółem: 90.17 g; Węglowodany ogółem: 312.93 g; Kw. tł. nasycone: 39.16 g; Sól: 4.85 g; Sód: 862.28 mg; Błonnik: 17.24 g; W tym cukry: 22.74 g;	Kcal: 2811.76 kcal; Białko ogółem: 111.38 g; Tłuszcz ogółem: 104.31 g; Węglowodany ogółem: 354.37 g; Kw. tł. nasycone: 47.36 g; Sól: 6.08 g; Sód: 1170.02 mg; Błonnik: 23.19 g; W tym cukry: 50.42 g;	Kcal: 1507.49 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz ogółem: 52.90 g; Węglowodany ogółem: 185.66 g; Kw. tł. nasycone: 14.29 g; Sól: 5.72 g; Sód: 1639.43 mg; Błonnik: 17.50 g; W tym cukry: 26.92 g;	Kcal: 2716.10 kcal; Białko ogółem: 112.26 g; Tłuszcz ogółem: 105.40 g; Węglowodany ogółem: 325.10 g; Kw. tł. nasycone: 47.54 g; Sól: 8.96 g; Sód: 2324.10 mg; Błonnik: 33.32 g; W tym cukry: 55.87 g;	Kcal: 550.38 kcal; Białko ogółem: 29.98 g; Tłuszcz ogółem: 19.79 g; Węglowodany ogółem: 53.40 g; Kw. tł. nasycone: 15.50 g; Sól: 3.07 g; Sód: 854.94 mg; Błonnik: 4.51 g; W tym cukry: 21.35 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet	
2026-05-29 piątek	Śniadanie	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 80 g (RYB, SEL) Pasta z makreli i twarogu 80 g (RYB, MLE) Ogórek kiszony b/s 60 g Gruszka 1 szt Konfitura extra morelowa 1 szt/20 g 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 80 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Konfitura extra morelowa 1 szt/20 g Jabłko gotowane 1 szt Herbata ziołowa mięta b/c 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1szt Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z ryby gotowanej z warzywami 50 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Mandarynka 1 szt 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 80 g (RYB, SEL) Szpinak baby 20 g Ogórek kiszony b/s 60 g Mandarynka 1 szt Herbata ziołowa mięta b/c 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 Tylżycki 20 g (MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 20 g Ogórek świeży 20 g	
	II S			Wafle ryżowe 20 g Rama bezmleczna 1szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi i oliwą 30g/20g/1g 50 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml		Wafle ryżowe 20 g Rama bezmleczna 1szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Ser mozzarella 30 g (MLE) Mix sałat z pomidorkami koktajlowymi o oliwą 30g/20g/1g 50 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml	
	Obiad	Pomidorowa z ryżem i ziel 250ml/30g (SEL) Pancakes z prażonym jabłkiem 150 g/30 g (MLE, JAJ, GLU) Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL, SOJ) Woda z pomarańczą 200 ml	Jarzynowa z ryżem i ziel 250ml/30g (MLE, SEL) Filet rybny Dorsz na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Cukinia gotowana na ciepło 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pomidorowa z ryżem i ziel 250ml/30g 250 ml (SEL) Filet rybny Dorsz na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL, SOJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Cukinia gotowana na ciepło 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pomidorowa z ryżem i ziel 250ml/30g 250 ml (SEL) Filet rybny Dorsz na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL, SOJ) Ziemniaki gotowane z zieleciną 100 g Cukinia gotowana na ciepło 150 g Woda z pomarańczą 200 ml	Pomidorowa z ryżem i ziel 250ml/30g 250 ml (SEL) Filet rybny Dorsz na parze 100 g (GLU, JAJ, RYB) Ziemniaki gotowane z zieleciną 200 g Cukinia gotowana na ciepło 150 g Surówka z selera, marchwi i jabłka z jogurtem 150 g (MLE, SEL, SOJ) Woda z pomarańczą 200 ml	
	P	Serek homogenizowany naturalny z wanilią 150g 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE)	Serek homogenizowany naturalny 150g 1 szt (MLE) Musli b/d/c 20 g (GLU, SOJ, MLE, ORZ)		
	Kolacja	Chleb zwykły (pszemno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Szynka Michałowej 40 g (GLU) Serek Bieluch naturalny 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) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt (MLE) Mus z jabłka 20 g Mix sałat 16 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Mix sałat 16 g Mleko gotowane 150 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Bieluch naturalny 1 szt (MLE) Papryka świeża 60 g Mix sałat 16 g Mleko gotowane 250 ml (MLE)	Mleko gotowane 200 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pomidor b/skóry 20 g Ogórek kiszony b/s 20 g Herbata owocowa b/c malinowa 150 ml	
Pn	Mleczko waniliowe/truskawkowe 1szt 200 ml (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) Pasta z jajka z zieleciną 60 g (JAJ, GOR) Roszponka 20 g Herbata zielona b/c 150 ml	Sok pomidorowy 1 szt	Chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek puszysty Tartare 1 szt (MLE) Pasta z jajka z koperkiem 60 g (JAJ, GOR) Papryka świeża 60 g Herbata zielona b/c 150 ml		
	Kcal: 2542.14 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz ogółem: 123.91 g; Węglowodany ogółem: 274.56 g; Kw. tł. nasycone: 57.36 g; Sól: 6.02 g; Śód: 1524.39 mg; Błonnik: 23.41 g; W tym cukry: 88.31 g;	Kcal: 2410.74 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz ogółem: 101.38 g; Węglowodany ogółem: 281.40 g; Kw. tł. nasycone: 50.55 g; Sól: 4.45 g; Śód: 1132.24 mg; Błonnik: 20.55 g; W tym cukry: 60.34 g;	Kcal: 2789.45 kcal; Białko ogółem: 121.65 g; Tłuszcz ogółem: 135.05 g; Węglowodany ogółem: 288.95 g; Kw. tł. nasycone: 61.21 g; Sól: 5.83 g; Śód: 1234.77 mg; Błonnik: 22.93 g; W tym cukry: 46.29 g;	Kcal: 1478.29 kcal; Białko ogółem: 86.23 g; Tłuszcz ogółem: 55.16 g; Węglowodany ogółem: 169.66 g; Kw. tł. nasycone: 25.95 g; Sól: 3.24 g; Śód: 800.64 mg; Błonnik: 21.65 g; W tym cukry: 52.18 g;	Kcal: 2914.06 kcal; Białko ogółem: 128.79 g; Tłuszcz ogółem: 139.73 g; Węglowodany ogółem: 304.40 g; Kw. tł. nasycone: 62.84 g; Sól: 8.15 g; Śód: 2108.19 mg; Błonnik: 39.54 g; W tym cukry: 59.35 g;	Kcal: 771.50 kcal; Białko ogółem: 49.47 g; Tłuszcz ogółem: 41.02 g; Węglowodany ogółem: 53.08 g; Kw. tł. nasycone: 25.56 g; Sól: 3.47 g; Śód: 809.36 mg; Błonnik: 3.65 g; W tym cukry: 22.58 g;	

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. tłuszczoprzysw. węgl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-30 sobota	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 20 g (MLE) Kiełbaska z fileta z indyka na ciepło 1 szt Ketchup 10 g Ser podpuszczkowy Tylżycki 40 g (MLE) Ogórek kiszony b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 40 g (GLU, SOJ, SEZ) Bułka poznańska 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Masło 20 g (MLE) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Miód sztukowy 25g 1 szt Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Bułka grahamka 1 szt (GLU) Rama bezmleczna 1szt Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Ogórek kiszony b/s plasterki 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) Kurczak gotowany - wędlna 40 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Jogurt naturalny 100g 1 szt (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Ogórek kiszony b/s plasterki 60 g Herbata owocowa b/c wiśniowa 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Haga 1 szt (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Pasta z jarzynowa z zielenią 20 g (JAJ, GOR) Sałata 8 g
	II S		Owsianka gotowana na mleku z kostką banana 150 g (GLU, MLE)		Owsianka gotowana na mleku 150 g (GLU, MLE) Czekolada gorzka 70% kakao b/d/c 16 g (GLU)	
	Obiad	Rosół z makaronem, jarzynami i ziel 250 ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Potrawka z zielonym groszkiem 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot z truskawek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Rosół z makaronem, jarzynami i ziel 250 ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Potrawka z zielonym groszkiem 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot z truskawek z cukrem 200ml/3g 200 ml	Rosół z makaronem, jarzynami i ziel 250 ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Potrawka z zielonym groszkiem 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zielenią 100 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml	Rosół z makaronem, jarzynami i ziel 250 ml/30g (GLU, JAJ, MLE, SEL) Potrawka z zielonym groszkiem 130 g (GLU, MLE) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Sos słodko kwaśny 60 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z zielenią 200 g Sałata w sosie jogurtowym z koperkiem 150 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany na parze (kalafior, brokuł, marchew) 150 g Kompot z truskawek b/c 200 ml	
	P	Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Podpłomyki b/c 2 szt (GLU, SOJ, MLE)		Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE)	Kefir naturalny 200g 1 szt (MLE) Podpłomyki b/c 2 szt (GLU, SOJ, MLE)	
	Kolacja	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.L 1 szt (JAJ) Majonez 5 g (JAJ, GOR) Ser mozzarella 40 g (MLE) Powidła - 1 szt/20 g Pomidor b/s plasterki z cebulką 60g/1g 60 g Kawa zbożowa na mleku b/c 250 ml (GLU, MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Ser mozzarella 40 g (MLE) Konfitura extra 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) Rama bezmleczna 1szt 1szt Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pomidor b/s plasterki z cebulką 60g/1g 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) Jajko got. na twardo kl.M 1 szt (JAJ) Ser mozzarella 40 g (MLE) Pomidor b/s plasterki z cebulką 60g/1g 60 g Roszponka 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) Papryka świeża 20 g Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata ziołowa melisa b/c 150 ml
	Pn	Mus owocowo - warzywny 1 szt tubka		Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Jabłko pieczone 150 g Herbata ziołowa rumianek 150 ml	Mus owocowo - warzywny 1 szt tubka	Chleb graham 40 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt 1 szt Poleđwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Kiri (17g) 1 szt (MLE) Ser biały - plaster 20 g (MLE) Sałata masłowa 8 g Jabłko pieczone 150 g Herbata ziołowa rumianek b/c 150 ml
	Kcal: 2466.74 kcal; Białko ogółem: 99.31 g; Tłuszcz ogółem: 94.70 g; Węglowodany ogółem: 303.38 g; Kw. tł. nasycone: 49.05 g; Sól: 6.12 g; Sód: 2112.03 mg; Błonnik: 32.47 g; W tym cukry: 43.58 g;	Kcal: 2449.72 kcal; Białko ogółem: 89.48 g; Tłuszcz ogółem: 98.78 g; Węglowodany ogółem: 312.79 g; Kw. tł. nasycone: 43.08 g; Sól: 3.59 g; Sód: 734.69 mg; Błonnik: 25.53 g; W tym cukry: 34.52 g;	Kcal: 3125.93 kcal; Białko ogółem: 125.75 g; Tłuszcz ogółem: 133.03 g; Węglowodany ogółem: 372.62 g; Kw. tł. nasycone: 61.56 g; Sól: 5.52 g; Sód: 908.73 mg; Błonnik: 32.14 g; W tym cukry: 63.56 g;	Kcal: 1749.33 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz ogółem: 74.41 g; Węglowodany ogółem: 206.03 g; Kw. tł. nasycone: 22.99 g; Sól: 4.46 g; Sód: 1328.78 mg; Błonnik: 26.70 g; W tym cukry: 27.79 g;	Kcal: 3068.45 kcal; Białko ogółem: 127.64 g; Tłuszcz ogółem: 136.54 g; Węglowodany ogółem: 350.82 g; Kw. tł. nasycone: 63.55 g; Sól: 7.91 g; Sód: 1878.49 mg; Błonnik: 42.40 g; W tym cukry: 59.28 g;	Kcal: 534.98 kcal; Białko ogółem: 30.85 g; Tłuszcz ogółem: 19.89 g; Węglowodany ogółem: 77.23 g; Kw. tł. nasycone: 10.71 g; Sól: 2.81 g; Sód: 389.84 mg; Błonnik: 3.67 g; W tym cukry: 20.24 g;

	WSD Ogólna	WSD Łatwostrawna	WSD Łatwostrawna bogatobiałkowa	WSD Ubogoenergetyczna	WSD Cukrzycowa/ Z ogr. łatwoprzysw. wegl.	WSD Dodatek dla diet
2026-05-31 niedziela	Śniadanie	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Paszтет drobiowy zapiekany 50g Twarożek z buraczkami 60 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20g Pomidor b/skóry 60 g Sałata młoda 16 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Konfitura extra truskawkowa 1 szt/20 g Pomidor b/skóry 60 g Bawarka gotowana na mleku b/cukru 250 ml (MLE)	Chleb graham 40 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Poledwica ani drobiowa 20 g (SOJ) Twarożek z rzodkiewką 60 g (MLE) Szpinak baby 20 g Pomidor b/skóry z cebulką 60 g Bawarka gotowana na mleku b/c 250 ml (MLE)	Chleb graham 80 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica ani drobiowa 40 g (SOJ) Twarożek z rzodkiewką 60 g (MLE) 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) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Fromage 20 g (MLE) Roszponka 20 g Papryka świeża 20 g Herbata z cytryną i cukrem 150 ml
		II S	Chleb pszenny 40 g (GLU, SOJ) Rama bezmleczna 1szt Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Haga 1 szt (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie naturalnym 50 g (JAI, SEL, GOR) Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata ziołowa mięta 150 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Rama bezmleczna 1szt Paszтет pieczony 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek Haga 1 szt (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie naturalnym 50 g (JAI, SEL, GOR) Mix sałat z młodymi listkami buraka 20 g Herbata ziołowa mięta b/c 150 ml		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami i ziel 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i szynką wp. 300 g (SEL) Surówka z drobno tartę marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane tarte 150 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami i ziel 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i szynką wp. 300 g (SEL) Surówka z drobno tartę marchewki i jabłka b/s 150 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami i ziel 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i szynką wp. 200 g (SEL) Surówka z drobno tartę marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane tarte 150 g Woda z miętą 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami i ziel 250ml/30g (MLE, SEL) Risotto z warzywami i szynką wp. 300 g (SEL) Surówka z drobno tartę marchewki i jabłka b/s 150 g Buraczki gotowane tarte 150 g Woda z miętą 200 ml	
		P	Ciastka kruche z marmoladą 50 g (GLU) Mleko gotowane z cynamonem 200 ml (SOJ, MLE)	Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Mleko gotowane z cynamonem 200 ml (MLE)	Wafle ryżowe 20 g Jabłko 1 szt	Herbatniki bebe 16g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Jabłko 1 szt
	Kolejca	Chleb zwykły (pszenno-żytni) 80 g (GLU, SOJ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Schab benedyktyński 40 g (SOJ) Serek Fromage 40 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt/20g Cykorja 20 g Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb pszenny 80 g (GLU, SOJ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Fromage 40 g (MLE) Konfitura extra morelowa 1 szt/20g Banan 1 szt Herbata z cytryną i cukrem 250 ml	Chleb graham 40 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Poledwica drobiowa 20 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Fromage 40 g (MLE) Pomidory koktajlowe 60 g Cykorja 20 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Chleb graham 80 g (GLU, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 20 g (MLE) Poledwica drobiowa 40 g (GLU, SOJ, MLE) Serek Fromage 40 g (MLE) Cykorja 20 g Pomidory koktajlowe 60 g Herbata z cytryną b/c 250 ml	Mleko gotowane 150 ml (MLE) Płatki owsiane 20 g Kurczak gotowany - wędlna 20 g (SOJ, MLE, SEL, GOR) Serek kanapkowy 17 g (MLE) Ser podpuszczkowy Edam 20 g (MLE) Mix sałat 20 g Ogórek świeży b/skóry 20 g
		Ph	Actimel 1 szt 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) Serek wiejski 1 szt /200 g (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, JAI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ) Masło 10 g (MLE) Szynka delikatna z fileta 20 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Serek wiejski 1 szt /200 g (MLE) Rukola 10 g Ogórek świeży b/skóry 60 g Herbata owocowa b/c truskawka 150 ml
	Kcal: 2576.87 kcal; Białko ogółem: 86.53 g; Tłuszcz ogółem: 125.29 g; Węglowodany ogółem: 264.77 g; Kw. tł. nasycone: 54.41 g; Sól: 5.30 g; Sód: 1472.03 mg; Błonnik: 23.59 g; W tym cukry: 65.12 g;	Kcal: 2463.75 kcal; Białko ogółem: 80.68 g; Tłuszcz ogółem: 101.58 g; Węglowodany ogółem: 303.18 g; Kw. tł. nasycone: 46.65 g; Sól: 5.40 g; Sód: 1245.70 mg; Błonnik: 22.88 g; W tym cukry: 95.57 g;	Kcal: 3036.59 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz ogółem: 130.53 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; Kw. tł. nasycone: 59.16 g; Sól: 8.68 g; Sód: 1998.00 mg; Błonnik: 27.35 g; W tym cukry: 102.88 g;	Kcal: 1438.32 kcal; Białko ogółem: 60.39 g; Tłuszcz ogółem: 45.35 g; Węglowodany ogółem: 180.76 g; Kw. tł. nasycone: 23.94 g; Sól: 3.51 g; Sód: 898.38 mg; Błonnik: 24.95 g; W tym cukry: 49.20 g;	Kcal: 2715.62 kcal; Białko ogółem: 101.88 g; Tłuszcz ogółem: 128.27 g; Węglowodany ogółem: 282.65 g; Kw. tł. nasycone: 57.13 g; Sól: 8.75 g; Sód: 2032.66 mg; Błonnik: 37.33 g; W tym cukry: 62.29 g;	Kcal: 545.23 kcal; Białko ogółem: 26.23 g; Tłuszcz ogółem: 12.83 g; Węglowodany ogółem: 57.77 g; Kw. tł. nasycone: 13.00 g; Sól: 2.28 g; Sód: 537.43 mg; Błonnik: 4.16 g; W tym cukry: 26.90 g;

Oznaczenia wskaźników 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,
Wszystkim klientom życzymy smacznego

Wykaz alergenów

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