

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-12 sobota	Śniadanie	Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) ketchup porcyjny 1 szt (<u>1, 9, 10, 12</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Parówka 100% z szynki na ciepło 2 [Por] x 1 szt (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)	ketchup porcyjny 1 szt (<u>1, 9, 10, 12</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Parówka 100% z szynki na ciepło 2 [Por] x 1 szt (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)	Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) ketchup porcyjny 1 szt (<u>1, 9, 10, 12</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11</u>) Noga z kurczaka pieczona z cebulą 1 szt (<u>1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12</u>) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11</u>) Noga z kurczaka gotowana 1 szt (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12</u>) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos dyniowy 100 ml (<u>7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>)	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11</u>) Noga z kurczaka gotowana 1 szt (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12</u>) Woda 250 ml	Krupnik z kaszą jęczmienną wege 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11</u>) Kotleciki warzywne z fasolą na parze 200 g (<u>1, 3, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12</u>) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos dyniowy 100 ml (<u>7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>)	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11</u>) Noga z kurczaka gotowana 1 szt (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12</u>) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos dyniowy 100 ml (<u>7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>)
	Kolacja	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) południca sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) południca drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) południca sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) południca drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 1 szt				
		Kalorie: 2415.83 kcal; B: 96.29 g; T: 111.10 g; W: 268.10 g; Błonnik: 26.25 g; suma cukrów: 38.85 g; Kw. tł. nasycone: 40.43 g; Sód: 2875.72 mg;	Kalorie: 2198.36 kcal; B: 103.67 g; T: 75.42 g; W: 285.70 g; Błonnik: 22.24 g; suma cukrów: 35.50 g; Kw. tł. nasycone: 31.88 g; Sód: 2728.48 mg;	Kalorie: 2167.26 kcal; B: 95.63 g; T: 101.41 g; W: 231.85 g; Błonnik: 33.07 g; suma cukrów: 38.45 g; Kw. tł. nasycone: 42.81 g; Sód: 3072.05 mg;	Kalorie: 1890.02 kcal; B: 52.71 g; T: 63.67 g; W: 286.70 g; Błonnik: 31.82 g; suma cukrów: 42.33 g; Kw. tł. nasycone: 29.14 g; Sód: 2021.80 mg;	Kalorie: 2198.36 kcal; B: 103.67 g; T: 75.42 g; W: 285.70 g; Błonnik: 22.24 g; suma cukrów: 35.50 g; Kw. tł. nasycone: 31.88 g; Sód: 2728.48 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-12 sobota	Śniadanie	ketchup porcyjny 1 szt (1, 9, 10, 12,) ser twarogowy delisser 1 szt (7,) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) Chleb razowy 3 szt (1,) Parówka 100% z szynki na ciepło 2 [Por] x 1 szt (1, 6, 7, 9, 10,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,)	szynka biała 50 g (1, 6, 7, 9, 10,) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) Chleb kawiorek 4 szt (1,) jogurt naturalny 150g 1 szt (7,) Serek ze śmietaną 30 g (7,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,)	szynka biała 50 g (1, 6, 7, 9, 10,) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) Chleb kawiorek 4 szt (1,) margaryna roślinna do smarowania 11 g (6,)	Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) Kaszką manna z jabłkiem pieczonym i cynamonem (papka) 500 ml (1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,)	Zupa płynna z kaszką manną, jabłkiem pieczonym i cynamonem 500 ml (1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,) Noga z kurczaka gotowana 1 szt (1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (12,) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,) Noga z kurczaka gotowana 1 szt (1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (12,) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,) Sos dyniowy 100 ml (7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,)		Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,) Ziemniaki gotowane puree 200 g Sos dyniowy (zmielony) 100 ml (7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,) Gotowane buraki z oliwą z oliwek (zmielone) 150 g (12,) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g	Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,) Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,)
	Kolacja	Chleb razowy 3 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) południca sopocka 30 g (6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12,) Serek ze śmietaną 70 g (7,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) południca drobiowa 30 g (1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,) Serek ze śmietaną 100 g (7,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	Chleb kawiorek 2 szt (1,) margaryna roślinna do smarowania 11 g (6,) południca drobiowa 30 g (1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,) Serek ze śmietaną 30 g (7,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,) krem czekoladowy porcyjny 1 szt (1, 5, 6, 7, 8,) Chleb baltonowski 2 szt (1,)	Kaszką kukurydziana z jabłkiem pieczonym i cynamonem (papka) 500 ml (3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	Zupa płynna z kaszką kukurydzianą, pieczonym jabłkiem i cynamonem 500 ml (3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)
	PN	Mus owocowo-warzywny 1 szt				
		Kalorie: 2229.13 kcal; B: 96.50 g; T: 101.60 g; W: 246.59 g; Błonnik: 34.22 g; suma cukrów: 41.14 g; Kw. tł. nasycone: 42.86 g; Sód: 3079.74 mg;	Kalorie: 2440.14 kcal; B: 114.22 g; T: 90.90 g; W: 300.97 g; Błonnik: 22.24 g; suma cukrów: 45.31 g; Kw. tł. nasycone: 41.84 g; Sód: 2838.90 mg;	Kalorie: 2071.38 kcal; B: 100.40 g; T: 61.06 g; W: 289.80 g; Błonnik: 22.94 g; suma cukrów: 34.82 g; Kw. tł. nasycone: 18.79 g; Sód: 2751.42 mg;	Kalorie: 2208.57 kcal; B: 82.72 g; T: 78.48 g; W: 301.32 g; Błonnik: 22.32 g; suma cukrów: 79.27 g; Kw. tł. nasycone: 36.98 g; Sód: 1238.52 mg;	Kalorie: 1435.68 kcal; B: 52.67 g; T: 59.21 g; W: 177.45 g; Błonnik: 10.08 g; suma cukrów: 58.05 g; Kw. tł. nasycone: 33.76 g; Sód: 646.42 mg;

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-12 sobota	Śniadanie	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Kaszka manna z jabłkiem pieczonym i cynamonem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)
	Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,</u>) Noga z kurczaka gotowana 1 szt (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12,</u>) Woda 250 ml Sos dyniowy 100 ml (<u>7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,</u>)	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Sos dyniowy (zmielony) 100 ml (<u>7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,</u>) Gotowane buraki z oliwą z oliwek (zmielone) 150 g (<u>12,</u>) Woda 250 ml Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g	Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (<u>1, 7, 9, może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Gotowane buraki z oliwą z oliwek (zmielone) 150 g (<u>12,</u>) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos dyniowy (zmielony) 100 ml (<u>7, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,</u>)
	Kolacja	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7,</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Kaszka kukurydziana z jabłkiem pieczonym i cynamonem (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 1 szt		
		Kalorie: 2130.90 kcal; B: 105.77 g; T: 80.16 g; W: 256.16 g; Błonnik: 22.24 g; suma cukrów: 35.71 g; Kw. tł. nasycone: 34.76 g; Sód: 2741.94 mg;	Kalorie: 2164.97 kcal; B: 82.72 g; T: 78.48 g; W: 290.52 g; Błonnik: 22.32 g; suma cukrów: 79.27 g; Kw. tł. nasycone: 36.98 g; Sód: 1238.52 mg;	Kalorie: 2057.52 kcal; B: 83.52 g; T: 67.48 g; W: 287.85 g; Błonnik: 21.02 g; suma cukrów: 38.16 g; Kw. tł. nasycone: 31.89 g; Sód: 2703.36 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	musztarda porcyjna 1 szt ser żółty gouda 30 g (<u>7</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Kielbaska śląska cienka na ciepło 1 szt (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Twarożek 50 g (<u>7</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)	musztarda porcyjna 1 szt połędwica sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Kielbaska śląska cienka na ciepło 1 szt (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)	musztarda porcyjna 1 szt ser żółty gouda 30 g (<u>7</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) krem czekoladowy porcyjny 1 szt (<u>1, 5, 6, 7, 8</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Twarożek 50 g (<u>7</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10</u>) Schab pieczony 80 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Sos pieczeniowy 100 g (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 9, 10</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 9, 10</u>) Woda 250 ml	Zupa jarzynowa z brokulem wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) kotlety sojowe 100g 1 szt (<u>6, może zawierać: 1, 5, 9, 11</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 9, 10</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)
	Kolacja	szynka konserwowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, 12</u>) Serek chrzanowy 50 g (<u>3, 4, 7, 9, 10, 12</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) papryka czerwona 50 g	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Serek ze śmietaną 50 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	szynka konserwowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, 12</u>) Serek chrzanowy 50 g (<u>3, 4, 7, 9, 10, 12</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) papryka czerwona 50 g	Serek chrzanowy 100 g (<u>3, 4, 7, 9, 10, 12</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) papryka czerwona 50 g	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Serek ze śmietaną 50 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	sok z buraka z dodatkiem 1 szt (<u>może zawierać: 12</u>)		sok pomidorowy 1 szt (<u>9</u>)	sok z buraka z dodatkiem 1 szt (<u>może zawierać: 12</u>)	
		Kalorie: 1890.87 kcal; B: 90.33 g; T: 65.10 g; W: 247.08 g; Błonnik: 21.71 g; suma cukrów: 59.17 g; Kw. tł. nasycone: 28.66 g; Sód: 3155.82 mg;	Kalorie: 1951.61 kcal; B: 106.71 g; T: 54.94 g; W: 268.06 g; Błonnik: 19.33 g; suma cukrów: 60.38 g; Kw. tł. nasycone: 27.18 g; Sód: 3124.32 mg;	Kalorie: 1661.57 kcal; B: 84.88 g; T: 58.06 g; W: 215.89 g; Błonnik: 31.91 g; suma cukrów: 39.92 g; Kw. tł. nasycone: 25.22 g; Sód: 3568.37 mg;	Kalorie: 1776.77 kcal; B: 59.13 g; T: 65.25 g; W: 250.39 g; Błonnik: 23.99 g; suma cukrów: 65.15 g; Kw. tł. nasycone: 31.16 g; Sód: 2980.19 mg;	Kalorie: 1951.61 kcal; B: 106.71 g; T: 54.94 g; W: 268.06 g; Błonnik: 19.33 g; suma cukrów: 60.38 g; Kw. tł. nasycone: 27.18 g; Sód: 3124.32 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona	
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	musztarda porcyjna 1 szt połędwica sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kielbaska śląska cienka na ciepło 1 szt (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Twarożek 80 g (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7,</u>)	Owsianka na mleku migdałowym 300 ml (<u>1, 5, 6, 7, 8, 9, 10,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>)	Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Kaszka mannna z bananem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Zupa płynna z kaszką manną i bananem 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	
	Obiad	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 9, 10,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Mięso wieprzowe schab gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>)		
	Kolacja	szynka konserwowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10,</u>) Serek chrzanowy 50 g (<u>3, 4, 7, 9, 10, 12,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) papryka czerwona 50 g Pomidor 1/2 szt 1 Por	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 80 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Zupa płynna z kaszką jaglaną i bananem 500 ml (<u>3, 7,</u>)	
	PN	sok pomidorowy 1 szt (<u>9,</u>)	sok z buraka z dodatkiem 1 szt (<u>może zawierać: 12,</u>)				
		Kalorie: 1679.02 kcal; B: 88.66 g; T: 56.75 g; W: 220.07 g; Błonnik: 33.06 g; suma cukrów: 42.57 g; Kw. tł. nasycone: 24.28 g; Sód: 3485.27 mg;	Kalorie: 2170.97 kcal; B: 124.88 g; T: 64.73 g; W: 282.68 g; Błonnik: 19.33 g; suma cukrów: 70.55 g; Kw. tł. nasycone: 33.01 g; Sód: 3396.39 mg;	Kalorie: 2152.83 kcal; B: 90.64 g; T: 48.00 g; W: 352.92 g; Błonnik: 25.29 g; suma cukrów: 67.85 g; Kw. tł. nasycone: 18.85 g; Sód: 2710.10 mg;	Kalorie: 2442.04 kcal; B: 100.54 g; T: 73.79 g; W: 355.60 g; Błonnik: 21.41 g; suma cukrów: 146.82 g; Kw. tł. nasycone: 38.48 g; Sód: 1729.02 mg;	Kalorie: 1462.17 kcal; B: 54.99 g; T: 58.60 g; W: 183.45 g; Błonnik: 8.48 g; suma cukrów: 82.62 g; Kw. tł. nasycone: 33.07 g; Sód: 742.31 mg;	

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-13 niedziela	Śniadanie	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Twarożek 50 g (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)	Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Kaszka manna z bananem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Twarożek 80 g (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>) Woda 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Mięso wieprzowe schab gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>) Woda 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Mięso wieprzowe schab gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)
	Kolacja	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 80 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	sok z buraka z dodatkiem 1 szt (<u>może zawierać: 12,</u>)		
		Kalorie: 1951.61 kcal; B: 106.71 g; T: 54.94 g; W: 268.06 g; Błonnik: 19.33 g; suma cukrów: 60.38 g; Kw. tł. nasycone: 27.18 g; Sód: 3124.32 mg;	Kalorie: 2442.04 kcal; B: 100.54 g; T: 73.79 g; W: 355.60 g; Błonnik: 21.41 g; suma cukrów: 146.82 g; Kw. tł. nasycone: 38.48 g; Sód: 1729.02 mg;	Kalorie: 1991.21 kcal; B: 113.79 g; T: 57.15 g; W: 264.99 g; Błonnik: 17.72 g; suma cukrów: 59.10 g; Kw. tł. nasycone: 30.31 g; Sód: 3425.40 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Chleb baltonowski 1 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Serek z ogórkiem kiszonym i koperkiem 70 g (<u>7, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Chleb kawiorek 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Serek z koperkiem 70 g (<u>7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Serek z ogórkiem kiszonym i koperkiem 70 g (<u>7, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11</u>) Chleb razowy 2 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)	bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Chleb baltonowski 1 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Serek z ogórkiem kiszonym i koperkiem 100 g (<u>7, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Chleb kawiorek 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Serek z koperkiem 70 g (<u>7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)
	Obiad	Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Zupa ogórkowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Surówka colesław 150 g (<u>3, 6, 7, 10, 12, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa jarzynowa z cukinią 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Cukinia z koperkiem na parze 150 g Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa ogórkowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Surówka colesław 150 g (<u>3, 6, 7, 10, 12, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Kasza jęczmienna gruba gotowana 170 g (<u>1</u>) Woda 250 ml	Naleśniki z serem i polewą czekoladową (2 sztuki) 350 g (<u>1, 3, 7</u>) Zupa ogórkowa wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa jarzynowa z cukinią 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Cukinia z koperkiem na parze 150 g Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Ziemniaki gotowane 200 g
	Kolacja	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) kielbasa krakowska sucha 50 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3</u>) Ogórek zielony 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) majonez porcyjny 1 szt	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa typu Hani lub z majerankiem 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3</u>) Ogórek zielony b/skórki 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3</u>) Ogórek zielony 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na twardo 2 [Por] x 1 szt (<u>3</u>) Ogórek zielony 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) majonez porcyjny 1 szt	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3</u>) Ogórek zielony b/skórki 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	N	Sok owocowy w kubeczku 200ml 1 szt	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt		Sok owocowy w kubeczku 200ml 1 szt	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt
		Kalorie: 2242.87 kcal; B: 87.80 g; T: 95.31 g; W: 270.68 g; Błonnik: 25.19 g; suma cukrów: 54.94 g; Kw. tł. nasycone: 35.49 g; Sód: 3935.71 mg;	Kalorie: 1956.96 kcal; B: 84.68 g; T: 60.60 g; W: 277.20 g; Błonnik: 22.03 g; suma cukrów: 28.94 g; Kw. tł. nasycone: 28.27 g; Sód: 3436.39 mg;	Kalorie: 1932.59 kcal; B: 83.87 g; T: 69.01 g; W: 260.52 g; Błonnik: 37.38 g; suma cukrów: 35.58 g; Kw. tł. nasycone: 30.21 g; Sód: 3795.54 mg;	Kalorie: 2406.67 kcal; B: 68.88 g; T: 125.50 g; W: 258.31 g; Błonnik: 16.53 g; suma cukrów: 57.26 g; Kw. tł. nasycone: 55.80 g; Sód: 2893.93 mg;	Kalorie: 1956.96 kcal; B: 84.68 g; T: 60.60 g; W: 277.20 g; Błonnik: 22.03 g; suma cukrów: 28.94 g; Kw. tł. nasycone: 28.27 g; Sód: 3436.39 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek z ogórkiem kiszonym i koperkiem 70 g (<u>7, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11,</u>) Chleb razowy 2 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)	bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Serek z koperkiem 100 g (<u>7,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7,</u>)	bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>) Serek z koperkiem 70 g (<u>7,</u>) krem czekoladowy porcyjny 1 szt (<u>1, 5, 6, 7, 8,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Owsianka z cynamonem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Zupa płynna z płatkami owsianymi i cynamonem 500 ml (<u>1, 3, 7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)
	Obiad	Zupa ogórkowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Surówka colesław 150 g (<u>3, 6, 7, 10, 12, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Kasza jęczmienna gruba gotowana 170 g (<u>1,</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa jarzynowa z cukinią 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Cukinia z koperkiem na parze 150 g Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g		Zupa jarzynowa z cukinią (zmielona) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Cukinia z koperkiem na parze 150 g Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa jarzynowa z cukinią (zmielona) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>)
	Kolacja	Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3,</u>) Ogórek zielony 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Jajko na miękko 2 [Por] x 1 szt (<u>3,</u>) Ogórek zielony b/skórki 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12,</u>) Ogórek zielony b/skórki 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Kasza kukurydziana z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>)	Zupa płynna z kaszką kukurydzianą i pieczonym jabłkiem 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt				
	Kalorie: 1994.46 kcal; B: 84.74 g; T: 69.20 g; W: 275.26 g; Błonnik: 38.53 g; suma cukrów: 38.27 g; Kw. tł. nasycone: 30.26 g; Sód: 3803.23 mg;	Kalorie: 2205.20 kcal; B: 98.62 g; T: 75.64 g; W: 291.65 g; Błonnik: 22.06 g; suma cukrów: 38.05 g; Kw. tł. nasycone: 36.68 g; Sód: 3677.44 mg;	Kalorie: 1967.27 kcal; B: 73.96 g; T: 54.91 g; W: 302.97 g; Błonnik: 22.93 g; suma cukrów: 38.42 g; Kw. tł. nasycone: 20.60 g; Sód: 3177.33 mg;	Kalorie: 2044.29 kcal; B: 85.22 g; T: 79.25 g; W: 254.23 g; Błonnik: 18.01 g; suma cukrów: 734.14 g; Kw. tł. nasycone: 38.39 g; Sód: 1038.74 mg;	Kalorie: 1246.57 kcal; B: 51.46 g; T: 60.11 g; W: 128.49 g; Błonnik: 7.33 g; suma cukrów: 722.93 g; Kw. tł. nasycone: 33.43 g; Sód: 501.95 mg;	

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>1,</u>) Serek z koperkiem 70 g (<u>1,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Owsianka z cynamonem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>1,</u>) Serek z koperkiem 100 g (<u>1,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)
	Obiad	Zupa jarzynowa z cukinią 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Galantyna z warzywami na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Cukinia z koperkiem na parze 150 g Woda 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g	Zupa jarzynowa z cukinią (zmielona) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Cukinia z koperkiem na parze 150 g woda 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa jarzynowa z cukinią (zmielona) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Cukinia z koperkiem na parze 150 g Woda 250 ml Ziemniaki gotowane puree 200 g
	Kolacja	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>1,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3,</u>) Ogórek zielony b/skórki 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Kaszka kukurydziana z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>1,</u>) Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Jajko (zmielone) ugotowane 50 g (<u>3,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt		
		Kalorie: 1913.36 kcal; B: 84.68 g; T: 60.60 g; W: 266.40 g; Błonnik: 22.03 g; suma cukrów: 28.94 g; Kw. tł. nasycone: 28.27 g; Sód: 3436.39 mg;	Kalorie: 2044.29 kcal; B: 85.22 g; T: 79.25 g; W: 254.23 g; Błonnik: 18.01 g; suma cukrów: 734.14 g; Kw. tł. nasycone: 38.39 g; Sód: 1038.74 mg;	Kalorie: 1882.77 kcal; B: 84.75 g; T: 68.02 g; W: 238.90 g; Błonnik: 15.16 g; suma cukrów: 695.77 g; Kw. tł. nasycone: 33.14 g; Sód: 2758.36 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	szynka krucha 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Rzodkiewka plastry 40 g Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Rzodkiewka plastry 40 g Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>)	miód porcyjny 25g 1 szt serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Rzodkiewka plastry 40 g Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)
	Obiad	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Leczo letnie ze świeżą cukinią i papryką 250 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Potrawka z kurczaka 200 ml (<u>1, 7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g Marchewka w plasterkach z maselkiem na parze 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Leczo letnie ze świeżą cukinią i papryką 250 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Ryż brązowy gotowany 170 g Woda 250 ml	Zupa buraczkowa (czysta) wege 300 ml (<u>7, 9, 12,</u>) Leczo letnie ze świeżą cukinią i papryką 250 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Potrawka z kurczaka 200 ml (<u>1, 7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g Marchewka w plasterkach z maselkiem na parze 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)
	Kolacja	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Sałatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Sałatka 60 g (<u>5, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	połędwica drobiowa typu Hani lub z majerankiem 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Sałatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	krem czekoladowy porcyjny 1 szt (<u>1, 5, 6, 7, 8,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Sałatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Sałatka 60 g (<u>5, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	Ciastko owsiane Sante 1 szt	biskopky Mamutki 20g 1 szt (<u>1, 3, 7, może zawierać: 5, 6, 8, 11,</u>)	Ciastko owsiane Sante 1 szt		biskopky Mamutki 20g 1 szt (<u>1, 3, 7, może zawierać: 5, 6, 8, 11,</u>)
		Kalorie: 1824.34 kcal; B: 76.30 g; T: 59.83 g; W: 257.82 g; Błonnik: 24.99 g; suma cukrów: 35.10 g; Kw. tł. nasycone: 26.76 g; Sód: 3710.61 mg;	Kalorie: 1848.66 kcal; B: 90.90 g; T: 54.61 g; W: 259.97 g; Błonnik: 19.40 g; suma cukrów: 38.56 g; Kw. tł. nasycone: 28.58 g; Sód: 3999.89 mg;	Kalorie: 1768.84 kcal; B: 74.64 g; T: 60.20 g; W: 251.07 g; Błonnik: 36.52 g; suma cukrów: 36.12 g; Kw. tł. nasycone: 26.51 g; Sód: 3546.26 mg;	Kalorie: 1953.44 kcal; B: 60.80 g; T: 67.54 g; W: 287.94 g; Błonnik: 24.90 g; suma cukrów: 35.24 g; Kw. tł. nasycone: 30.69 g; Sód: 2441.96 mg;	Kalorie: 1848.66 kcal; B: 90.90 g; T: 54.61 g; W: 259.97 g; Błonnik: 19.40 g; suma cukrów: 38.56 g; Kw. tł. nasycone: 28.58 g; Sód: 3999.89 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Rzodkiewka plastry 40 g Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>7</u>) szynka biała 60 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>)	miód porcyjny 25g 1 szt Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>)	Brzoskwiniowy ryż na mleku (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	Brzoskwiniowa zupa płynna z ryżem 500 ml (<u>1, 3, 7, 12</u>)
	Obiad	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12</u>) Leczo letnie ze świeżą cukinią i papryką 250 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Ryż brązowy gotowany 170 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12</u>) Potrawka z kurczaka 200 ml (<u>1, 7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g Marchewka w plasterach z masłem na parze 150 g (<u>7</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)		Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12</u>) Potrawka z kurczaka 200 ml (<u>1, 7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12</u>)
	Kolacja	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7</u>) Sałatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7</u>) Sałatka 60 g (<u>5, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7</u>)	Sałatka z ciecierzycą, pomidorem, ogórkiem zielonym, sałatą lodową oliwą 100 g ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>)	Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Zupa płynna z kaszką jaglaną i bananem 500 ml (<u>3, 7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	Ciastko owsiane Sante 1 szt	biszkopty Mamutki 20g 1 szt (<u>1, 3, 7, może zawierać: 5, 6, 8, 11</u>)			
		Kalorie: 1787.11 kcal; B: 75.51 g; T: 60.39 g; W: 255.01 g; Błonnik: 37.67 g; suma cukrów: 38.81 g; Kw. tł. nasycone: 26.56 g; Sód: 3553.95 mg;	Kalorie: 2060.95 kcal; B: 104.98 g; T: 65.95 g; W: 274.14 g; Błonnik: 19.40 g; suma cukrów: 47.70 g; Kw. tł. nasycone: 35.75 g; Sód: 4335.10 mg;	Kalorie: 1727.90 kcal; B: 68.39 g; T: 38.27 g; W: 289.32 g; Błonnik: 21.54 g; suma cukrów: 36.60 g; Kw. tł. nasycone: 14.40 g; Sód: 3089.13 mg;	Kalorie: 2258.48 kcal; B: 86.09 g; T: 71.06 g; W: 330.90 g; Błonnik: 21.20 g; suma cukrów: 113.43 g; Kw. tł. nasycone: 38.70 g; Sód: 1678.31 mg;	Kalorie: 1521.49 kcal; B: 56.62 g; T: 59.15 g; W: 194.85 g; Błonnik: 9.07 g; suma cukrów: 77.55 g; Kw. tł. nasycone: 34.05 g; Sód: 1273.85 mg;

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Brzoskwinowy ryż na mleku (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 [Por] x 1 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>)
	Obiad	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Potrawka z kurczaka 200 ml (<u>1, 7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g Marchewka w plastrach z masłem na parze 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Potrawka z kurczaka 200 ml (<u>1, 7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml	Zupa buraczkowa (czysta) 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, 12,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos śmietanowy 100 g (<u>1, 7,</u>)
	Kolacja	polędwica drobiowa typu Hani lub z majerankiem 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Sałatka 60 g (<u>5, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Polędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 [Por] x 1 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>)
	PN	Ciastko owsiane Sante 1 szt	biszkopty Mamutki 20g 1 szt (<u>1, 3, 7, może zawierać: 5, 6, 8, 11,</u>)	
		Kalorie: 1989.56 kcal; B: 93.25 g; T: 60.05 g; W: 280.77 g; Błonnik: 21.30 g; suma cukrów: 31.08 g; Kw. tł. nasycone: 28.18 g; Sód: 3988.69 mg;	Kalorie: 2258.48 kcal; B: 86.09 g; T: 71.06 g; W: 330.90 g; Błonnik: 21.20 g; suma cukrów: 113.43 g; Kw. tł. nasycone: 38.70 g; Sód: 1678.31 mg;	Kalorie: 1840.64 kcal; B: 83.37 g; T: 66.48 g; W: 239.06 g; Błonnik: 18.99 g; suma cukrów: 36.67 g; Kw. tł. nasycone: 35.83 g; Sód: 3430.52 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-16 środa	Śniadanie	Pomidor 1/2 szt 1 Por ser żółty z kozieradką 50 g (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb baltonowski 1 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) szynka zielonogórska 50 g (<u>1, 6, 9, 10,</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>)	ser żółty z kozieradką 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb razowy 2 szt (<u>1,</u>) bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) szynka zielonogórska 50 g (<u>1, 6, 9, 10,</u>)	Pomidor 1/2 szt 1 Por ser żółty z kozieradką 50 g (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb baltonowski 1 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3,</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>)
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Kotlet mielony smażony 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Buraki z sosem vinegrette i słonecznikiem 150 g (<u>10, 12, może zawierać: 5, 6, 8, 9, 11,</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Filet z kurczaka na parze 100 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12,</u>) Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Filet z kurczaka na parze 100 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Gotowana kasza gryczana z natką pietruszki 170 g (<u>może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11, 13,</u>) Buraki z sosem vinegrette i słonecznikiem 150 g (<u>10, 12, może zawierać: 5, 6, 8, 9, 11,</u>) Woda 1 ml	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9,</u>) Kotleciki warzywne z fasolą na parze 200 g (<u>1, 3, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Buraki z sosem vinegrette i słonecznikiem 150 g (<u>10, 12, może zawierać: 5, 6, 8, 9, 11,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Filet z kurczaka na parze 100 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12,</u>) Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)
	Kolacja	Pasta z tuńczyka i jajka ze szczypiorkiem 70 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 7, 9, 10,</u>) połędwica sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) ogórek małosolny 50 g	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Pasta z tuńczyka i jajka ze szczypiorkiem 70 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 7, 9, 10,</u>) połędwica sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) ogórek małosolny 50 g	Pasta z tuńczyka i jajka ze szczypiorkiem 70 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 7, 9, 10,</u>) Serek z koperkiem 30 g (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) ogórek małosolny 50 g	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por
	PN	sok pomidorowy 1 szt (<u>9,</u>)				
		Kalorie: 2149.45 kcal; B: 106.48 g; T: 84.79 g; W: 252.31 g; Błonnik: 26.07 g; suma cukrów: 44.26 g; Kw. tł. nasycone: 31.91 g; Sód: 4482.13 mg;	Kalorie: 1993.80 kcal; B: 115.27 g; T: 49.94 g; W: 282.52 g; Błonnik: 23.24 g; suma cukrów: 52.89 g; Kw. tł. nasycone: 21.61 g; Sód: 4206.60 mg;	Kalorie: 1992.52 kcal; B: 121.75 g; T: 66.74 g; W: 243.06 g; Błonnik: 35.17 g; suma cukrów: 43.69 g; Kw. tł. nasycone: 27.52 g; Sód: 4548.27 mg;	Kalorie: 1972.27 kcal; B: 77.93 g; T: 71.95 g; W: 264.52 g; Błonnik: 30.34 g; suma cukrów: 46.97 g; Kw. tł. nasycone: 31.05 g; Sód: 3737.06 mg;	Kalorie: 1993.80 kcal; B: 115.27 g; T: 49.94 g; W: 282.52 g; Błonnik: 23.24 g; suma cukrów: 52.89 g; Kw. tł. nasycone: 21.61 g; Sód: 4206.60 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-16 środa	Śniadanie	ser żółty z kozieradką 50 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb razowy 2 szt (<u>1</u>) bulka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) szynka zielonogórska 50 g (<u>1, 6, 9, 10</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Ser biały 100 Por (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 3 szt (<u>1</u>) bulka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bulka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Owsianka na mleku migdałowym 300 ml (<u>1, 5, 6, 7, 8, 9, 10</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Kaszka kukurydziana z cynamonem (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11</u>)	Zupa płynna z kaszką kukurydzianą i cynamonem 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Filet z kurczaka na parze 100 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Gotowana kasza gryczana z natką pietruszki 170 g (<u>może zawierać: 1, 6, 8, 9, 10, 11, 13</u>) Buraki z sosem vinegrette i słonecznikiem 150 g (<u>10, 12, może zawierać: 5, 6, 8, 9, 11</u>) Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Filet z kurczaka na parze 100 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12</u>) Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Leczo letnie ze świeżą cukinią i papryką 250 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Mieso drobiowe pierś gotowane (zmielone) 80 g (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Gotowane buraki z oliwą z oliwek (zmielone) 150 g (<u>12</u>) Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>)
	Kolacja	Pasta z tuńczyka i jajka ze szczypiorkiem 70 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 7, 9, 10</u>) połędwica sopocka 30 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) ogórek małosolny 50 g	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Serek ze śmietaną 30 g (<u>7</u>)	miód porcyjny 25g 2 szt Ser biały 30 Por (<u>7</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6</u>)	Kaszka manna z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Zupa płynna z kaszką manną i jabłkiem pieczonym 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	sok pomidorowy 1 szt (<u>9</u>)				
	Kalorie: 2036.12 kcal; B: 121.75 g; T: 66.74 g; W: 253.86 g; Błonnik: 35.17 g; suma cukrów: 43.69 g; Kw. tł. nasycone: 27.52 g; Sód: 4548.27 mg;	Kalorie: 2238.97 kcal; B: 132.49 g; T: 62.50 g; W: 298.58 g; Błonnik: 23.24 g; suma cukrów: 63.66 g; Kw. tł. nasycone: 29.89 g; Sód: 4324.69 mg;	Kalorie: 1997.87 kcal; B: 57.81 g; T: 44.62 g; W: 354.66 g; Błonnik: 28.08 g; suma cukrów: 52.35 g; Kw. tł. nasycone: 16.00 g; Sód: 2613.33 mg;	Kalorie: 2106.74 kcal; B: 93.48 g; T: 72.41 g; W: 279.47 g; Błonnik: 20.07 g; suma cukrów: 80.25 g; Kw. tł. nasycone: 36.08 g; Sód: 2626.70 mg;	Kalorie: 1298.30 kcal; B: 52.56 g; T: 59.27 g; W: 141.78 g; Błonnik: 7.05 g; suma cukrów: 52.29 g; Kw. tł. nasycone: 33.85 g; Sód: 1207.09 mg;	

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/ papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-16 środa	Śniadanie	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 3 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Kaszka kukurydziana z cynamonem (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>)	Serek ze śmietaną 80 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>)
	Obiad	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Filet z kurczaka na parze 100 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Gotowane buraki z oliwą i natką pietruszki 150 g (<u>12,</u>) Woda 250 ml	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mieso drobiowe pierś gotowane (zmielone) 80 g (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Gotowane buraki z oliwą z oliwek (zmielone) 150 g (<u>12,</u>) Woda 250 ml	Zupa pomidorowa z lanymi kluskami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mieso drobiowe pierś gotowane (zmielone) 80 g (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Gotowane buraki z oliwą z oliwek (zmielone) 150 g (<u>12,</u>) Lemoniada malina-cytryna-mięta 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)
	Kolacja	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Kaszka manna z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Polędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>7,</u>)
	PN	sok pomidorowy 1 szt (<u>9,</u>)		
		Kalorie: 1950.20 kcal; B: 115.27 g; T: 49.94 g; W: 271.72 g; Błonnik: 23.24 g; suma cukrów: 52.89 g; Kw. tł. nasycone: 21.61 g; Sód: 4206.60 mg;	Kalorie: 2063.14 kcal; B: 93.48 g; T: 72.41 g; W: 268.67 g; Błonnik: 20.07 g; suma cukrów: 80.25 g; Kw. tł. nasycone: 36.08 g; Sód: 2626.70 mg;	Kalorie: 1961.43 kcal; B: 96.47 g; T: 61.86 g; W: 264.66 g; Błonnik: 20.14 g; suma cukrów: 52.29 g; Kw. tł. nasycone: 30.46 g; Sód: 4097.66 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek z rzodkiewką 70 g (<u>7</u>) szynka konserwowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10</u>) Mix салат z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1</u>)	masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Mix салат z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek z rzodkiewką 70 g (<u>7</u>) szynka konserwowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10</u>) Mix салат z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>)	Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek z rzodkiewką 100 g (<u>7</u>) Mix салат z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1</u>)	masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Mix салат z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>)
	Obiad	Zupa koperkowa z kalafiejem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Kurczak po chińsku 200 g (<u>1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Kasza pęczak gotowana 170 g (<u>1</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa koperkowa z kalafiejem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Paluszek drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>1, 7, 9</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw na parze 100 g	Zupa koperkowa z kalafiejem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Kurczak po chińsku 200 g (<u>1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Kasza pęczak gotowana 170 g (<u>1</u>) Woda 1 ml	Zupa koperkowa z kalafiejem i ziemniakami wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Naleśniki z serem i polewą czekoladową (2 sztuki) 350 g (<u>1, 3, 7</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa koperkowa z kalafiejem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Paluszek drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>1, 7, 9</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw na parze 100 g
	Kolacja	Pasta z czerwonej soczewicy 100 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 8, 11</u>) schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) papryka czerwona 50 g	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) polędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Pasta z czerwonej soczewicy 100 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 8, 11</u>) schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) papryka czerwona 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>)	Pasta z czerwonej soczewicy 100 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 8, 11</u>) dżem porcjyny 25g 1 szt (<u>12</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) papryka czerwona 50 g	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) polędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por
	PN	jogurt pitny dar pure b/laktozy 1 szt				
		Kalorie: 1929.79 kcal; B: 80.25 g; T: 65.04 g; W: 267.06 g; Błonnik: 27.09 g; suma cukrów: 40.87 g; Kw. tł. nasycone: 28.39 g; Sód: 2900.73 mg;	Kalorie: 1939.88 kcal; B: 87.47 g; T: 60.45 g; W: 271.99 g; Błonnik: 23.67 g; suma cukrów: 234.66 g; Kw. tł. nasycone: 30.44 g; Sód: 3379.08 mg;	Kalorie: 1848.39 kcal; B: 78.73 g; T: 65.32 g; W: 251.22 g; Błonnik: 34.21 g; suma cukrów: 41.71 g; Kw. tł. nasycone: 28.39 g; Sód: 2932.93 mg;	Kalorie: 2327.42 kcal; B: 67.46 g; T: 109.29 g; W: 278.10 g; Błonnik: 23.94 g; suma cukrów: 64.21 g; Kw. tł. nasycone: 52.99 g; Sód: 2332.64 mg;	Kalorie: 1939.88 kcal; B: 87.47 g; T: 60.45 g; W: 271.99 g; Błonnik: 23.67 g; suma cukrów: 234.66 g; Kw. tł. nasycone: 30.44 g; Sód: 3379.08 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona	
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Serek z rzodkiewką 70 g (<u>7,</u>) szynka konserwowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10,</u>) Mix sałat z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) Mix sałat z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>7,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Ryż paraboliczny gotowany 170 g jabłka prażone 100 g (<u>12, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 9, 11,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Kasza manna z bananem (papką) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Zupa płynna z kaszką manną i bananem 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	
	Obiad	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Kurczak po chińsku 200 g (<u>1, 5, 6, 8, 9, 10, 11, 12, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,</u>) Kasza pęczak gotowana 170 g (<u>1,</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Paluszek drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>1, 7, 9,</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw na parze 100 g	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Gulasz z ciecierzycą, cukinią, marchewką i warzywami 200 ml (<u>9, 10, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw na parze 100 g	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos jarzynowy (zmielony) 100 ml (<u>1, 7, 9,</u>)	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>)	
	Kolacja	Pasta z czerwonej soczewicy 100 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 8, 11,</u>) schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) papryka czerwona 50 g Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Pasta z czerwonej soczewicy 100 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 8, 11,</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Ryż na mleku z bananem i wiórkami kokosowymi (papką) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12, może zawierać: 1, 8, 10, 11,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Zupa płynna z ryżem i bananem 500 ml (<u>1, 3, 7,</u>)	
	☞	jogurt pitny dar pure b/laktozy 1 szt		sok pomidorowy 1 szt (<u>9,</u>)		jogurt pitny dar pure b/laktozy 1 szt	
		Kalorie: 1928.53 kcal; B: 80.47 g; T: 65.70 g; W: 269.90 g; Błonnik: 36.51 g; suma cukrów: 47.09 g; Kw. tł. nasycone: 28.49 g; Sód: 2948.31 mg;	Kalorie: 2181.66 kcal; B: 98.03 g; T: 75.93 g; W: 287.27 g; Błonnik: 23.67 g; suma cukrów: 244.48 g; Kw. tł. nasycone: 40.40 g; Sód: 3489.50 mg;	Kalorie: 1418.02 kcal; B: 44.40 g; T: 24.72 g; W: 265.36 g; Błonnik: 31.68 g; suma cukrów: 25.04 g; Kw. tł. nasycone: 4.35 g; Sód: 2310.48 mg;	Kalorie: 2439.50 kcal; B: 89.61 g; T: 77.62 g; W: 355.61 g; Błonnik: 24.18 g; suma cukrów: 116.93 g; Kw. tł. nasycone: 42.37 g; Sód: 1982.55 mg;	Kalorie: 1552.12 kcal; B: 53.85 g; T: 58.52 g; W: 207.70 g; Błonnik: 10.79 g; suma cukrów: 82.43 g; Kw. tł. nasycone: 34.08 g; Sód: 1221.92 mg;	

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/ papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7,</u>) Mix sałat z pomidorem, ogórkiem i pesto pietruszkowym 50 g Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Kaszka manna z bananem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>)
	Obiad	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Paluszek drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>1, 7, 9,</u>) Woda 250 ml Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw na parze 100 g	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml Sos jarzynowy (zmielony) 100 ml (<u>1, 7, 9,</u>)	Zupa koperkowa z kalafiozem i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Sos jarzynowy 100 ml (<u>1, 7, 9,</u>) Lemoniada cytryna-kwiat czarnego bzu 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>)
	Kolacja	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Ryż na mleku z bananem i wiórkami kokosowymi (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12, może zawierać: 1, 8, 10, 11,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>)
	PN	jogurt pitny dar pure b/laktozy 1 szt		
		Kalorie: 1896.28 kcal; B: 87.47 g; T: 60.45 g; W: 261.19 g; Błonnik: 23.67 g; suma cukrów: 234.66 g; Kw. tł. nasycone: 30.44 g; Sód: 3379.08 mg;	Kalorie: 2395.90 kcal; B: 89.61 g; T: 77.62 g; W: 344.81 g; Błonnik: 24.18 g; suma cukrów: 116.93 g; Kw. tł. nasycone: 42.37 g; Sód: 1982.55 mg;	Kalorie: 1961.86 kcal; B: 87.67 g; T: 68.13 g; W: 258.92 g; Błonnik: 20.85 g; suma cukrów: 235.17 g; Kw. tł. nasycone: 37.05 g; Sód: 3333.05 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Vegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-18 piątek	Śniadanie	ser żółty edamski 30 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb bałtonowski 1 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>)	Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) miód porcyjny 25g 2 szt	Chleb razowy 2 szt (<u>1</u>) bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por ser żółty edamski 30 g (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>)	ser żółty edamski 30 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb bałtonowski 1 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>)	Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) miód porcyjny 25g 2 szt
	Obiad	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną pieczony 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną pieczony parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną pieczony 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Kasza jęczmienna gruba gotowana 170 g (<u>1</u>) Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Woda 250 ml	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną pieczony 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną pieczony parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)
	Kolacja	Salatka meksykańska z ryżem, tuńczykiem i warzywami 100 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10</u>) Ser biały 50 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Salatka meksykańska z tyżem, tuńczykiem, pomidorem i jogurtem 100 g (<u>4, 7, może zawierać: 9, 10</u>) Ser biały 50 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Salatka meksykańska z ryżem, tuńczykiem i warzywami 100 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10</u>) Ser biały 50 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Salatka meksykańska z ryżem, tuńczykiem i warzywami 100 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10</u>) Ser biały 50 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb bałtonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Salatka meksykańska z tyżem, tuńczykiem, pomidorem i jogurtem 100 g (<u>4, 7, może zawierać: 9, 10</u>) Ser biały 50 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 1 szt				
		Kalorie: 1999.28 kcal; B: 73.67 g; T: 75.09 g; W: 266.83 g; Błonnik: 25.67 g; suma cukrów: 28.06 g; Kw. tł. nasycone: 35.24 g; Sód: 2858.07 mg;	Kalorie: 2047.71 kcal; B: 69.29 g; T: 62.76 g; W: 309.43 g; Błonnik: 20.59 g; suma cukrów: 28.03 g; Kw. tł. nasycone: 31.07 g; Sód: 2705.21 mg;	Kalorie: 1947.20 kcal; B: 73.40 g; T: 73.74 g; W: 262.19 g; Błonnik: 35.38 g; suma cukrów: 27.50 g; Kw. tł. nasycone: 34.13 g; Sód: 2956.60 mg;	Kalorie: 1999.28 kcal; B: 73.67 g; T: 75.09 g; W: 266.83 g; Błonnik: 25.67 g; suma cukrów: 28.06 g; Kw. tł. nasycone: 35.24 g; Sód: 2858.07 mg;	Kalorie: 2047.71 kcal; B: 69.29 g; T: 62.76 g; W: 309.43 g; Błonnik: 20.59 g; suma cukrów: 28.03 g; Kw. tł. nasycone: 31.07 g; Sód: 2705.21 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-18 piątek	Śniadanie	Chleb razowy 2 szt (<u>1</u>) bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por ser żółty edamski 30 g (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Ogórek zielony 50 g	Pomidor 1/2 szt 1 Por masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>7</u>) miód porcyjny 25g 2 szt Serek ze śmietaną 100 g (<u>7</u>)	Pomidor 1/2 szt 1 Por margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) miód porcyjny 25g 2 szt Serek ze śmietaną 50 g (<u>7</u>)	Brzoskwińowe płatki owsiane (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	Brzoskwińowa zupa płynna z płatkami owsianymi 500 ml (<u>1, 3, 7, 12</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)
	Obiad	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną pieczony 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Kasza jęczmienna gruba gotowana 170 g (<u>1</u>) Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Salata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Marchew puree 150 g (<u>7</u>) Lemoniada cytryna-pomarańcza 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8</u>)
	Kolacja	Salatka meksykańska z ryżem, tuńczykiem i warzywami 100 g (<u>3, 4, 6, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10</u>) Ser biały 50 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Salatka meksykańska z tyżem, tuńczykiem, pomidorem i jogurtem 100 g (<u>4, 7, może zawierać: 9, 10</u>) Ser biały 100 Por (<u>7</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Salatka meksykańska z tyżem, tuńczykiem, pomidorem i jogurtem 100 g (<u>4, 7, może zawierać: 9, 10</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Chleb baltonowski 2 [Por] x 1 szt (<u>1</u>)	Truskawkowa kaszka manna (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12, może zawierać: 6, 8, 11</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Truskawkowa zupa płynna z kaszką manną 500 ml (<u>1, 3, 7, 12, może zawierać: 6, 8, 11</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 1 szt				
		Kalorie: 2009.07 kcal; B: 74.27 g; T: 73.93 g; W: 276.93 g; Błonnik: 36.53 g; suma cukrów: 30.19 g; Kw. tł. nasycone: 34.18 g; Sód: 2964.29 mg;	Kalorie: 2173.78 kcal; B: 79.48 g; T: 71.31 g; W: 312.04 g; Błonnik: 19.94 g; suma cukrów: 29.00 g; Kw. tł. nasycone: 36.97 g; Sód: 2733.30 mg;	Kalorie: 1988.03 kcal; B: 59.29 g; T: 50.56 g; W: 334.52 g; Błonnik: 25.70 g; suma cukrów: 40.91 g; Kw. tł. nasycone: 19.50 g; Sód: 2606.21 mg;	Kalorie: 2263.20 kcal; B: 83.65 g; T: 87.07 g; W: 296.08 g; Błonnik: 24.35 g; suma cukrów: 78.21 g; Kw. tł. nasycone: 43.53 g; Sód: 1661.03 mg;	Kalorie: 1459.99 kcal; B: 58.95 g; T: 69.67 g; W: 154.18 g; Błonnik: 10.32 g; suma cukrów: 68.81 g; Kw. tł. nasycone: 38.03 g; Sód: 986.57 mg;

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-18 piątek	Śniadanie	masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Brzoskwińowe płatki owsiane (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) miód porcyjny 25g 2 szt Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>)
	Obiad	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8,</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Sałata lodowa z jogurtem greckim i koperkiem 60 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml	Zupa selerowa z makaronem wege 300 ml (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 3, 6, 7, 8,</u>) Kotlet jajeczny z kaszą jaglaną parowany 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Sos koperkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada cytryna-pomarańczowa 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)
	Kolacja	Salatka meksykańska z tuńczykiem, pomidorem i jogurtem 100 g (<u>4, 7, może zawierać: 9, 10,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 11 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Truskawkowa kaszka manna (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12, może zawierać: 6, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Gotowany ryż zmielony z tuńczykiem 100 g (<u>4, może zawierać: 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 50 g (<u>7,</u>) masło ekstra 82% tł. 16 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	Mus owocowo-warzywny 1 szt		
		Kalorie: 1900.50 kcal; B: 71.32 g; T: 67.50 g; W: 260.02 g; Błonnik: 20.59 g; suma cukrów: 27.74 g; Kw. tł. nasycone: 33.95 g; Sód: 2716.92 mg;	Kalorie: 2219.60 kcal; B: 83.65 g; T: 87.07 g; W: 285.28 g; Błonnik: 24.35 g; suma cukrów: 78.21 g; Kw. tł. nasycone: 43.53 g; Sód: 1661.03 mg;	Kalorie: 2194.41 kcal; B: 64.61 g; T: 80.08 g; W: 312.88 g; Błonnik: 22.85 g; suma cukrów: 29.26 g; Kw. tł. nasycone: 40.75 g; Sód: 2595.86 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-19 sobota	Śniadanie	Parówka 100% z szynki na ciepło 2 [Por] x 1 szt (1, 6, 7, 9, 10,) dżem porcyjny 25g 1 szt (12,) ketchup porcyjny 1 szt (1, 9, 10, 12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb baltonowski 2 szt (1,) Chleb razowy 1 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)	szynka biała 50 g (1, 6, 7, 9, 10,) dżem porcyjny 25g 1 szt (12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)	Parówka 100% z szynki na ciepło 2 [Por] x 1 szt (1, 6, 7, 9, 10,) ser twarogowy delisser 1 szt (7,) ketchup porcyjny 1 szt (1, 9, 10, 12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb razowy 3 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)	dżem porcyjny 25g 1 szt (12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb baltonowski 2 szt (1,) Chleb razowy 1 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) Serek ze śmietaną 70 g (7,)	szynka biała 50 g (1, 6, 7, 9, 10,) dżem porcyjny 25g 1 szt (12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)
	Obiad	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,) Sos boloński z groszkiem 200 ml (1, może zawierać: 1, 6, 9, 10,) Jabłko 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,) Sos szpinakowy z kurczakiem 250 ml (1, 7,) Jabłko pieczone 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron razowy penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 10,) Sos boloński z groszkiem 200 ml (1, może zawierać: 1, 6, 9, 10,) Jabłko 1 szt Woda 250 ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem wege 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,) Gulasz z ciecierzycą, cukinią, marchewką i warzywami 200 ml (9, 10, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,) Jabłko 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,) Sos szpinakowy z kurczakiem 250 ml (1, 7,) Jabłko pieczone 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)
	Kolacja	kielbasa krakowska sucha 30 g (6, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10,) Twarożek z siemieniem lnianym i pieczonym czosnkiem 70 g (7,) ogórek kiszony 50 g Chleb baltonowski 2 szt (1,) Chleb razowy 1 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	połędwica drobiowa 30 g (1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,) Serek ze śmietaną 70 g (7,) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	kielbasa krakowska sucha 30 g (6, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10,) Twarożek z siemieniem lnianym i pieczonym czosnkiem 70 g (7,) ogórek kiszony 50 g Chleb razowy 3 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	Twarożek z siemieniem lnianym i pieczonym czosnkiem 100 g (7,) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb baltonowski 2 szt (1,) Chleb razowy 1 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	połędwica drobiowa 30 g (1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,) Serek ze śmietaną 70 g (7,) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)
	PN	deser mleczny ryżowy 150g 1 szt (7,)		jogurt naturalny 200g 1 szt (7,)	deser mleczny ryżowy 150g 1 szt (7,)	
		Kalorie: 2312.24 kcal; B: 84.92 g; T: 85.71 g; W: 310.94 g; Błonnik: 23.08 g; suma cukrów: 70.80 g; Kw. tł. nasycone: 35.61 g; Sód: 3887.63 mg;	Kalorie: 2117.82 kcal; B: 82.68 g; T: 58.87 g; W: 323.94 g; Błonnik: 18.63 g; suma cukrów: 68.30 g; Kw. tł. nasycone: 29.81 g; Sód: 3099.33 mg;	Kalorie: 1882.87 kcal; B: 77.95 g; T: 91.42 g; W: 200.04 g; Błonnik: 27.15 g; suma cukrów: 46.58 g; Kw. tł. nasycone: 40.06 g; Sód: 4060.75 mg;	Kalorie: 2147.23 kcal; B: 72.07 g; T: 62.90 g; W: 332.89 g; Błonnik: 29.91 g; suma cukrów: 76.61 g; Kw. tł. nasycone: 31.35 g; Sód: 2606.82 mg;	Kalorie: 2117.82 kcal; B: 82.68 g; T: 58.87 g; W: 323.94 g; Błonnik: 18.63 g; suma cukrów: 68.30 g; Kw. tł. nasycone: 29.81 g; Sód: 3099.33 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-19 sobota	Śniadanie	Parówka 100% z szynki na ciepło 2 [Por] x 1 szt (1, 6, 7, 9, 10,) ser twarogowy delisser 1 szt (7,) ketchup porcyjny 1 szt (1, 9, 10, 12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb razowy 3 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) Pomidor 1/2 szt 1 Por	szynka biała 50 g (1, 6, 7, 9, 10,) dżem porcyjny 25g 1 szt (12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,) kefir naturalny 200g 1 szt (7,) Serek ze śmietaną 30 g (7,)	Jajko na miękko 1 szt (3,) dżem porcyjny 25g 1 szt (12,) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb kawiorek 4 szt (1,) margaryna roślinna do smarowania 11 g (6,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)	Kaszka manna z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)	Zupa płynna z kaszką manną i jabłkiem pieczonym 500 ml (1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,) Kawa mleczna 250 g (1, 7, może zawierać: 6, 7,)
	Obiad	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron razowy penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 10,) Sos boloński z groszkiem 200 ml (1, może zawierać: 1, 6, 9, 10,) Jabłko 1 szt Woda 250 ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,) Sos szpinakowy z kurczakiem 250 ml (1, 7,) Jabłko pieczone 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,) Sos szpinakowy z ciecierzycą i warzywami 250 g (1, 7, 9,) Jabłko pieczone 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,) Ziemniaki gotowane puree 200 g Mieso drobiowe pierś gotowane (zmielone) 80 g (1, 3, 7, 9, 10,) Marchew puree 150 g (7,) Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (może zawierać: 1, 12,) Sos śmietanowy 100 g (1, 7,)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (1, 3, 7, 9, 10,)
	Kolacja	kielbasa krakowska sucha 30 g (6, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10,) Twarożek z siemieniem lnianym i pieczonym czosnkiem 70 g (7,) ogórek kiszony 50 g Chleb razowy 3 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,) Pomidor 1/2 szt 1 Por	polędwica drobiowa 30 g (1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,) Serek ze śmietaną 100 g (7,) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (1,) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (7,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	Ryż paraboliczny gotowany 170 g jabłka prażone 100 g (12, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 9, 11,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	Kaszka kukurydziana z jabłkiem pieczonym i cynamonem (papka) 500 ml (3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)	Zupa płynna z kaszką kukurydzianą, pieczonym jabłkiem i cynamonem 500 ml (3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,) Herbata 250 ml (może zawierać: 1, 8,)
	N	jogurt naturalny 200g 1 szt (7,)	deser mleczny ryżowy 150g 1 szt (7,)	sok marchwiowo-owocowy 1 szt (9,)	deser mleczny ryżowy 150g 1 szt (7,)	
		Kalorie: 1919.41 kcal; B: 79.69 g; T: 91.80 g; W: 207.92 g; Błonnik: 29.45 g; suma cukrów: 51.96 g; Kw. tł. nasycone: 40.16 g; Sód: 4076.13 mg;	Kalorie: 2329.60 kcal; B: 93.83 g; T: 72.35 g; W: 335.61 g; Błonnik: 18.63 g; suma cukrów: 77.91 g; Kw. tł. nasycone: 37.95 g; Sód: 3205.75 mg;	Kalorie: 1568.08 kcal; B: 44.39 g; T: 22.15 g; W: 306.08 g; Błonnik: 19.67 g; suma cukrów: 66.77 g; Kw. tł. nasycone: 8.60 g; Sód: 2087.08 mg;	Kalorie: 2250.75 kcal; B: 93.02 g; T: 73.51 g; W: 313.63 g; Błonnik: 20.06 g; suma cukrów: 91.74 g; Kw. tł. nasycone: 40.14 g; Sód: 1926.83 mg;	Kalorie: 1375.31 kcal; B: 52.62 g; T: 58.90 g; W: 162.94 g; Błonnik: 9.57 g; suma cukrów: 58.32 g; Kw. tł. nasycone: 33.70 g; Sód: 1205.02 mg;

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-19 sobota	Śniadanie	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>) Roszponka z kielkami słonecznika 7 g Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Kaszka manna z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)
	Obiad	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Makaron pszenny penne gotowany 160 g (<u>1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,</u>) Sos szpinakowy z kurczakiem 250 ml (<u>1, 7,</u>) Jabłko pieczone 1 szt Woda 250 ml	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Mieso drobiowe pierś gotowane (zmielone) 80 g (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml Sos śmietanowy 100 g (<u>1, 7,</u>)	Zupa ziemniaczana z majerankiem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Jabłko pieczone 1 szt Lemoniada rabarbar-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos śmietanowy 100 g (<u>1, 7,</u>)
	Kolacja	polędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 70 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Kaszka kukurydziana z jabłkiem pieczonym i cynamonem (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Polędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>7,</u>)		deser mleczny ryżowy 150g 1 szt (<u>7,</u>)
		Kalorie: 2022.36 kcal; B: 86.78 g; T: 65.06 g; W: 281.98 g; Błonnik: 17.98 g; suma cukrów: 43.86 g; Kw. tł. nasycone: 33.86 g; Sód: 3113.29 mg;	Kalorie: 2137.65 kcal; B: 95.02 g; T: 75.01 g; W: 279.98 g; Błonnik: 19.61 g; suma cukrów: 75.84 g; Kw. tł. nasycone: 41.31 g; Sód: 1925.83 mg;	Kalorie: 2069.18 kcal; B: 84.56 g; T: 64.09 g; W: 297.37 g; Błonnik: 17.36 g; suma cukrów: 68.18 g; Kw. tł. nasycone: 34.35 g; Sód: 3238.99 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	musztarda porcyjna 1 szt szynka krucha 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kielbaska biała cienka na ciepło 1 szt (<u>1, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10,</u>)	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)	musztarda porcyjna 1 szt szynka krucha 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kielbaska biała cienka na ciepło 1 szt (<u>1, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10,</u>)	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Ser biały 100 Por (<u>7,</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Karkówka pieczona 80 g (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Sos pieczeniowy 100 g (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z białej kapusty 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w plasterkach z masłem na parze 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z białej kapusty 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Woda 250 ml	Zupa jarzynowa z brokulem wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) kotlety sojowe 100g 1 szt (<u>6, może zawierać: 1, 5, 9, 11,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z białej kapusty 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w plasterkach z masłem na parze 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)
	Kolacja	szynka zielonogórska 50 g (<u>1, 6, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Twarożek z marchewką i słonecznikiem 50 g (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa typu Hani lub z majerankiem 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek z marchewką i słonecznikiem 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek z marchewką i słonecznikiem 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Pomidor 1/2 szt 1 Por Twarożek z marchewką i słonecznikiem 100 g (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Chleb baltonowski 2 szt (<u>1,</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek z marchewką i słonecznikiem 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	Mus jabłkowy 100% w kubeczku 1 szt				
		Kalorie: 2000.94 kcal; B: 92.46 g; T: 73.73 g; W: 254.10 g; Błonnik: 24.07 g; suma cukrów: 62.98 g; Kw. tł. nasycone: 30.08 g; Sód: 3444.92 mg;	Kalorie: 1903.43 kcal; B: 110.54 g; T: 51.11 g; W: 261.87 g; Błonnik: 20.23 g; suma cukrów: 57.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.58 g; Sód: 3287.98 mg;	Kalorie: 1744.65 kcal; B: 91.82 g; T: 53.00 g; W: 240.94 g; Błonnik: 30.95 g; suma cukrów: 63.50 g; Kw. tł. nasycone: 21.61 g; Sód: 3164.37 mg;	Kalorie: 1813.92 kcal; B: 75.41 g; T: 56.35 g; W: 264.73 g; Błonnik: 26.20 g; suma cukrów: 77.75 g; Kw. tł. nasycone: 25.96 g; Sód: 2738.75 mg;	Kalorie: 1903.43 kcal; B: 110.54 g; T: 51.11 g; W: 261.87 g; Błonnik: 20.23 g; suma cukrów: 57.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.58 g; Sód: 3287.98 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	musztarda porcyjna 1 szt szynka krucha 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Kiełbaska biała cienka na ciepło 1 szt (<u>1, 6, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 6, 7, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Ser biały 100 Por (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>7,</u>)	Owsianka na mleku migdałowym 300 ml (<u>1, 5, 6, 7, 8, 9, 10,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) krem czekoladowy porcyjny 1 szt (<u>1, 5, 6, 7, 8,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>)	Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Kasza manna z bananem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Zupa płynna z kaszką manną i bananem 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z białej kapusty 150 g (<u>12, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w plastrach z maselkiem na parze 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Gulasz z ciecierzycą, cukinią, marchewką i warzywami 200 ml (<u>9, 10, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w plastrach z maselkiem na parze 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Mięso wieprzowe schab gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>)
	Kolacja	połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek z marchewką i słonecznikiem 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Ogórek zielony 50 g	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek z marchewką i słonecznikiem 80 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) margaryna roślinna do smarowania 11 g (<u>6,</u>) miód porcyjny 25g 1 szt Serek ziółowy 50 g (<u>7, 10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Kasza jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Zupa płynna z kaszką jaglaną i bananem 500 ml (<u>3, 7,</u>)
	PN	Mus jabłkowy 100% w kubeczku 1 szt				
	Kalorie: 1762.92 kcal; B: 92.69 g; T: 53.19 g; W: 244.88 g; Błonnik: 32.10 g; suma cukrów: 66.19 g; Kw. tł. nasycone: 21.66 g; Sód: 3172.06 mg;	Kalorie: 2147.05 kcal; B: 131.35 g; T: 61.47 g; W: 279.12 g; Błonnik: 20.61 g; suma cukrów: 68.79 g; Kw. tł. nasycone: 31.16 g; Sód: 3494.16 mg;	Kalorie: 2209.77 kcal; B: 64.63 g; T: 59.35 g; W: 365.75 g; Błonnik: 32.23 g; suma cukrów: 59.25 g; Kw. tł. nasycone: 23.42 g; Sód: 2476.46 mg;	Kalorie: 2406.52 kcal; B: 100.93 g; T: 73.35 g; W: 347.16 g; Błonnik: 21.68 g; suma cukrów: 142.60 g; Kw. tł. nasycone: 39.00 g; Sód: 1847.09 mg;	Kalorie: 1463.49 kcal; B: 55.03 g; T: 58.61 g; W: 183.76 g; Błonnik: 8.56 g; suma cukrów: 82.71 g; Kw. tł. nasycone: 33.51 g; Sód: 1221.95 mg;	

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/ papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Szpinak z marchewką, oliwą i słonecznikiem 10 g Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Ser biały 50 Por (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)	Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Kaszka manna z bananem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, może zawierać: 6, 8, 11,</u>)	Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Kakao 250 ml (<u>7, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Serek ze śmietaną 80 g (<u>7,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Bitka schabowa na parze 80 g (<u>10, może zawierać: 1, 5, 6, 7, 8, 9, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchewka w plasterkach z masłem na parze 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Mięso wieprzowe schab gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Rosół z makaronem 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 6, 10,</u>) Mięso wieprzowe schab gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada truskawka-wiśnia 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)
	Kolacja	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek z marchewką i słonecznikiem 50 g (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Twarożek 50 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	Mus jabłkowy 100% w kubeczku 1 szt		
		Kalorie: 1903.43 kcal; B: 110.54 g; T: 51.11 g; W: 261.87 g; Błonnik: 20.23 g; suma cukrów: 57.28 g; Kw. tł. nasycone: 24.58 g; Sód: 3287.98 mg;	Kalorie: 2406.52 kcal; B: 100.93 g; T: 73.35 g; W: 347.16 g; Błonnik: 21.68 g; suma cukrów: 142.60 g; Kw. tł. nasycone: 39.00 g; Sód: 1847.09 mg;	Kalorie: 1908.92 kcal; B: 104.00 g; T: 56.75 g; W: 255.80 g; Błonnik: 17.99 g; suma cukrów: 53.82 g; Kw. tł. nasycone: 30.57 g; Sód: 3502.85 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	Chleb baltonowski 1 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3</u>) majonez porcyjny 1 szt Ogórek zielony z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) połędwica sopocka 50 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3</u>) szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Ogórek zielony b.s. z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3</u>) połędwica sopocka 50 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12</u>) Ogórek zielony z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb razowy 2 szt (<u>1</u>)	Chleb baltonowski 1 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3</u>) ser żółty gouda 30 g (<u>7</u>) Ogórek zielony z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) majonez porcyjny 1 szt	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3</u>) szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Ogórek zielony b.s. z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)
	Obiad	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Fasolka po bretońsku 200 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Jabłko 1 szt Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Klopsik drobiowy z ryżem 100 g (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak duszony 150 g (<u>1, 7</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Fasolka po bretońsku 200 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ryż brązowy gotowany 170 g Jabłko 1 szt Woda 250 ml	Zupa z fasolką szparagową z ziemniakami wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Fasolka w sosie pomidorowym 200 ml (<u>1, 6, 8, 9, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Jabłko 1 szt Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Klopsik drobiowy z ryżem 100 g (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak duszony 150 g (<u>1, 7</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)
	Kolacja	szynka konserwowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10</u>) Serek z suszonymi pomidorami i szczypiorkiem 70 g (<u>7, 9, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Pomidorowy serek z ziołami 70 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	szynka konserwowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10</u>) Serek z suszonymi pomidorami i szczypiorkiem 70 g (<u>7, 9, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Serek z suszonymi pomidorami i szczypiorkiem 100 g (<u>7, 9, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Pomidorowy serek z ziołami 70 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt				
		Kalorie: 2262.03 kcal; B: 86.17 g; T: 88.13 g; W: 295.43 g; Błonnik: 33.93 g; suma cukrów: 42.36 g; Kw. tł. nasycone: 34.32 g; Sód: 3324.76 mg;	Kalorie: 1958.04 kcal; B: 84.31 g; T: 63.18 g; W: 272.06 g; Błonnik: 21.09 g; suma cukrów: 27.65 g; Kw. tł. nasycone: 31.91 g; Sód: 3598.74 mg;	Kalorie: 2112.58 kcal; B: 87.06 g; T: 72.20 g; W: 299.14 g; Błonnik: 45.65 g; suma cukrów: 41.92 g; Kw. tł. nasycone: 33.11 g; Sód: 3351.21 mg;	Kalorie: 2300.54 kcal; B: 72.30 g; T: 97.37 g; W: 298.56 g; Błonnik: 34.83 g; suma cukrów: 44.59 g; Kw. tł. nasycone: 40.07 g; Sód: 2863.75 mg;	Kalorie: 1958.04 kcal; B: 84.31 g; T: 63.18 g; W: 272.06 g; Błonnik: 21.09 g; suma cukrów: 27.65 g; Kw. tł. nasycone: 31.91 g; Sód: 3598.74 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	bułka graham 70g 1 szt (<u>1, może zawierać: 8, 11,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Jajko na twardo 1 szt (<u>3,</u>) połudwica sopocka 50 g (<u>6, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 7, 8, 9, 10, 11, 12,</u>) Ogórek zielony z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb razowy 2 szt (<u>1,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Jajko na miękko 2 [Por] x 1 szt (<u>3,</u>) szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Ogórek zielony b.s. z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) jogurt naturalny 200g 1 szt (<u>7,</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1,</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3,</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12,</u>) Ogórek zielony b.s. z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Owsianka z cynamonem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Zupa płynna z płatkami owsianymi i cynamonem 500 ml (<u>1, 3, 7,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)
	Obiad	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Fasolka po bretońsku 200 ml (<u>1, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Ryż brązowy gotowany 170 g Jabłko 1 szt Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Klopsik drobiowy z ryżem 100 g (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak duszony 150 g (<u>1, 7,</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Szpinak duszony (zmielony) 150 g (<u>1, 7,</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>)	
	Kolacja	szynka konserwowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10,</u>) Serek z suszonymi pomidorami i szczypiorkiem 70 g (<u>7, 9, 10, 12, może zawierać: 1, 6, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) papryka czerwona 50 g	połudwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) Pomidorowy serek z ziołami 100 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Salatka makaronowa z brokulem, marchewką, ogórkiem zielonym, pomidorem i oliwą z oilwek 150 g (<u>1, może zawierać: 3, 6, 7, 8,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) miód porcyjny 25g 1 szt	Kaszka kukurydziana z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Zupa płynna z kaszką kukurydzianą i cynamonem 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt				
	Kalorie: 2190.45 kcal; B: 88.58 g; T: 72.64 g; W: 317.18 g; Błonnik: 47.80 g; suma cukrów: 46.91 g; Kw. tł. nasycone: 33.21 g; Sód: 3360.40 mg;	Kalorie: 2210.17 kcal; B: 98.47 g; T: 78.28 g; W: 287.18 g; Błonnik: 21.21 g; suma cukrów: 37.34 g; Kw. tł. nasycone: 40.33 g; Sód: 3841.02 mg;	Kalorie: 1920.95 kcal; B: 64.08 g; T: 55.75 g; W: 299.46 g; Błonnik: 22.39 g; suma cukrów: 35.13 g; Kw. tł. nasycone: 25.68 g; Sód: 2820.25 mg;	Kalorie: 2174.19 kcal; B: 90.70 g; T: 83.97 g; W: 272.58 g; Błonnik: 22.42 g; suma cukrów: 62.75 g; Kw. tł. nasycone: 42.96 g; Sód: 2015.44 mg;	Kalorie: 1284.61 kcal; B: 53.26 g; T: 62.45 g; W: 131.12 g; Błonnik: 8.30 g; suma cukrów: 43.42 g; Kw. tł. nasycone: 35.10 g; Sód: 1440.84 mg;	

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko na miękko 1 szt (<u>3</u>) szynka biała 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Ogórek zielony b.s. z koperkiem 50 g Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	Owsianka z cynamonem (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	Chleb kawiorek 2 szt (<u>1</u>) bułka poznańska 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Jajko (zmielone) ugotowane 50 g (<u>3</u>) Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)
	Obiad	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Klopsik drobiowy z ryżem 100 g (<u>1, 3, 7, 9, 10, może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak duszony 150 g (<u>1, 7</u>) Woda 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Szpinak duszony (zmielony) 150 g (<u>1, 7</u>) Woda 250 ml Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)	Zupa z fasolką szparagową i ziemniakami 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) filet z udka kurczaka b/skóry b/kości 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Szpinak duszony (zmielony) 150 g (<u>1, 7</u>) Lemoniada mango-cytryna 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>1, 7</u>)
	Kolacja	połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Pomidorowy serek z ziołami 70 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Kaszka kukurydziana z jabłkiem pieczonym (papka) 500 ml (<u>3, 7, może zawierać: 1, 6, 7, 8, 11</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)	Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) Pomidorowy serek z ziołami 100 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>)
	PN	mus z dodatkiem kaszy jaglanej 1 szt		
		Kalorie: 1914.44 kcal; B: 84.31 g; T: 63.18 g; W: 261.26 g; Błonnik: 21.09 g; suma cukrów: 27.65 g; Kw. tł. nasycone: 31.91 g; Sód: 3598.74 mg;	Kalorie: 2130.59 kcal; B: 90.70 g; T: 83.97 g; W: 261.78 g; Błonnik: 22.42 g; suma cukrów: 62.75 g; Kw. tł. nasycone: 42.96 g; Sód: 2015.44 mg;	Kalorie: 1974.46 kcal; B: 90.93 g; T: 69.58 g; W: 254.01 g; Błonnik: 19.07 g; suma cukrów: 26.18 g; Kw. tł. nasycone: 37.43 g; Sód: 3548.48 mg;

		D01 Podstawowa	D02 Łatwostrawna	D03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	D04 Wegetariańska	D05 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) schab pieczony 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>)	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) dżem porcyjny 25g 1 szt (<u>12</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por
	Obiad	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Makaron razowy penne gotowany 160 g (<u>1, może zawierać: 3, 6, 10</u>) Sos meksykański z czerwoną fasolą i warzywami 200 ml (<u>może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Pulpet drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos szpinakowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Makaron razowy penne gotowany 160 g (<u>1, może zawierać: 3, 6, 10</u>) Sos meksykański z czerwoną fasolą i warzywami 200 ml (<u>może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Woda 1 ml	Zupa kalafiorowa wege 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Sos meksykański z czerwoną fasolą i warzywami 200 ml (<u>może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11</u>) Makaron razowy penne gotowany 160 g (<u>1, może zawierać: 3, 6, 10</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10</u>) Pulpet drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12</u>) Sos szpinakowy 100 ml (<u>1, 7</u>) Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7</u>)
	Kolacja	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) szynka krucha 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7</u>) Salatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7</u>) Salatka 60 g (<u>5, 8</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)	Chleb razowy 3 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7</u>) Salatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)	Chleb baltonowski 2 szt (<u>1</u>) Chleb razowy 1 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) krem czekoladowy porcyjny 1 szt (<u>1, 5, 6, 7, 8</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7</u>) Salatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7</u>) połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7</u>) Salatka 60 g (<u>5, 8</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10</u>)
	PN	skyr jogurt typu islandzkiego 140g 1 szt (<u>7</u>)				
		Kalorie: 1668.41 kcal; B: 91.86 g; T: 60.65 g; W: 201.19 g; Błonnik: 26.40 g; suma cukrów: 34.69 g; Kw. tł. nasycone: 31.51 g; Sód: 3738.41 mg;	Kalorie: 1947.81 kcal; B: 103.94 g; T: 61.85 g; W: 255.04 g; Błonnik: 22.67 g; suma cukrów: 37.12 g; Kw. tł. nasycone: 31.77 g; Sód: 4149.60 mg;	Kalorie: 1594.31 kcal; B: 86.32 g; T: 59.04 g; W: 195.91 g; Błonnik: 33.52 g; suma cukrów: 35.29 g; Kw. tł. nasycone: 30.49 g; Sód: 3954.51 mg;	Kalorie: 1751.80 kcal; B: 76.92 g; T: 67.53 g; W: 221.39 g; Błonnik: 26.60 g; suma cukrów: 43.69 g; Kw. tł. nasycone: 34.96 g; Sód: 3471.33 mg;	Kalorie: 1947.81 kcal; B: 103.94 g; T: 61.85 g; W: 255.04 g; Błonnik: 22.67 g; suma cukrów: 37.12 g; Kw. tł. nasycone: 31.77 g; Sód: 4149.60 mg;

		D06 Bogatoresztkowa	D07 Bogatobiałkowa	D08 Niskobiałkowa	D11 Papkowata	D12 Płynna wzmocniona
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) papryka czerwona 50 g	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) szynka biała 60 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por jogurt owocowy 150g 1 szt (<u>7,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) miód porcyjny 25g 1 szt serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Brzoskwiniowy ryż na mleku (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Brzoskwiniowa zupa płynna z ryżem 500 ml (<u>1, 3, 7, 12,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Makaron razowy penne gotowany 160 g (<u>1, może zawierać: 3, 6, 10,</u>) Sos meksykański z czerwoną fasolą i warzywami 200 ml (<u>może zawierać: 1, 3, 6, 7, 9, 10, 11,</u>) Woda 1 ml	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Pulpet drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos szpinakowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos szpinakowy (zmielony) 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos szpinakowy (zmielony) 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>)
	Kolacja	Chleb razowy 3 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7,</u>) Salatka grecka 60 g (<u>5, 7, 8,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 60 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7,</u>) Salatka 60 g (<u>5, 8,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) ser twarogowy delisser 1 szt (<u>7,</u>) dżem porcyjny 25g 2 szt (<u>12,</u>) Salatka 60 g (<u>5, 8,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>)	Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Zupa płynna z kaszką jaglaną i bananem 500 ml (<u>3, 7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	skyr jogurt typu islandzkiego 140g 1 szt (<u>7,</u>)				
		Kalorie: 1610.31 kcal; B: 86.97 g; T: 59.29 g; W: 199.21 g; Błonnik: 34.52 g; suma cukrów: 37.59 g; Kw. tł. nasycone: 30.54 g; Sód: 3956.01 mg;	Kalorie: 2062.81 kcal; B: 119.46 g; T: 64.31 g; W: 263.27 g; Błonnik: 22.97 g; suma cukrów: 42.65 g; Kw. tł. nasycone: 32.82 g; Sód: 4648.10 mg;	Kalorie: 1996.68 kcal; B: 91.16 g; T: 55.89 g; W: 293.11 g; Błonnik: 23.07 g; suma cukrów: 55.92 g; Kw. tł. nasycone: 28.21 g; Sód: 3557.38 mg;	Kalorie: 2309.70 kcal; B: 101.02 g; T: 73.25 g; W: 322.48 g; Błonnik: 21.17 g; suma cukrów: 304.07 g; Kw. tł. nasycone: 38.51 g; Sód: 1742.48 mg;	Kalorie: 1548.34 kcal; B: 58.26 g; T: 60.61 g; W: 197.14 g; Błonnik: 9.88 g; suma cukrów: 75.62 g; Kw. tł. nasycone: 35.00 g; Sód: 1264.33 mg;

		D02/D03 łatwostrawna/z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów	D03/D11 z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów/ papkowata	D11 Papkowata Kiekrz i Stacjonarny
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) szynka biała 30 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) serek wiejski Grani 150g 1 szt (<u>7,</u>) Pomidor 1/2 szt 1 Por	Brzoskwinowy ryż na mleku (papka) 500 ml (<u>1, 3, 7, 12,</u>) Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>)	Kawa mleczna 250 g (<u>1, 7, może zawierać: 6, 7,</u>) Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Szynka biała (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 7, 9, 10,</u>) Serek ze śmietaną 100 g (<u>7,</u>)
	Obiad	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Pulpet drobiowy na parze 100 g (<u>1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11, może zawierać: 1, 3, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Woda 250 ml Sos szpinakowy 100 ml (<u>1, 7,</u>) Marchew oprószana gotowana 150 g (<u>1, 7,</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Marchew puree 150 g (<u>7,</u>) Woda 250 ml Sos szpinakowy (zmielony) 100 ml (<u>1, 7,</u>)	Zupa kalafiorowa 300 ml (<u>1, 3, 7, 9, 10,</u>) Mięso drobiowe udko gotowane (zmielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g Lemoniada jabłko-gruszka 200 ml (<u>może zawierać: 1, 12,</u>) Sos szpinakowy (zmielony) 100 ml (<u>1, 7,</u>) Marchew puree 150 g (<u>7,</u>)
	Kolacja	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) połędwica drobiowa 30 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7,</u>) Salatka 60 g (<u>5, 8,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>) Dressing 5 g (<u>1, 3, 6, 7, 9, 10,</u>)	Kaszka jaglana z bananem (papka) 500 ml (<u>3, 7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)	Chleb kawiorek 4 szt (<u>1,</u>) Masło ekstra 82% tł. 11g 1 Por (<u>7,</u>) Połędwica drobiowa (zmielona) 50 g (<u>1, 6, 9, 10, może zawierać: 7, 12,</u>) ser twarogowy delisser 2 szt (<u>7,</u>) Serek ze śmietaną 30 g (<u>7,</u>) Herbata 250 ml (<u>może zawierać: 1, 8,</u>)
	PN	skyr jogurt typu islandzkiego 140g 1 szt (<u>7,</u>)		
		Kalorie: 1947.81 kcal; B: 103.94 g; T: 61.85 g; W: 255.04 g; Błonnik: 22.67 g; suma cukrów: 37.12 g; Kw. tł. nasycone: 31.77 g; Sód: 4149.60 mg;	Kalorie: 2309.70 kcal; B: 101.02 g; T: 73.25 g; W: 322.48 g; Błonnik: 21.17 g; suma cukrów: 304.07 g; Kw. tł. nasycone: 38.51 g; Sód: 1742.48 mg;	Kalorie: 1924.76 kcal; B: 99.56 g; T: 70.79 g; W: 232.93 g; Błonnik: 19.13 g; suma cukrów: 227.56 g; Kw. tł. nasycone: 38.84 g; Sód: 3443.93 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Kalorie - Wartość energetyczna[kcal],

B - Białko ogółem,

T - Tłuszcz,

W - Węglowodany ogółem,

Sód - Sód,

Kw. tł. nasycone - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,

Błonnik - Błonnik pokarmowy,

suma cukrów - suma cukrów prostych,