

FIRMA KONSORCJUM PAWEŁ NOWAK- PAWMIX, BEATA WALCZAK ToMaTo

Dietetyk Monika Roszkowiak

JADŁOSPIS

SRODA 27.08.2025

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Paszтет z warzyw	60	Paszтет drobiowy (7)	60
	Paszтет drobiowy (7)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty (7)	30
	Ser żółty (7)	30	Mix sałata, pomidor, ogórek, oliwa, pietruszka	100	Mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, pietruszka	100
	Mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa,	100				
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Mus warzywny	100
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)	300
	Rolada z boczkiem i ogórkiem (D)	100	Rolada duszona z warzywami	100	Rolada z boczkiem i ogórkiem (S)	100
	Kasza gryczana G	100	Kasza jęczmienna	100	Kasza gryczana	100
	Buraczki tarte G	100	Buraczki	100	Buraczki	100
Podwieczorek	Banan	130	Banan	130	Kefir (7)	300
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	35
	Masło(7)	15	Ser biały (7)	30	Ser biały (7)	15
	Ser biały (7)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
	Szynka drobiowa (6)	30	Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	100	Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	30
	Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	100				100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2835 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 55g Węglowodany 329g w tym cukry 43g Sól 2,7g Błonnik 36g		KCAL: 2779 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:125g, w tym NKT 42g Węglowodany 345g w tym cukry 40g Sól 2,7g Błonnik 36g		Kcal : 3030 BIAŁKO: 136g TŁUSZCZ:137g, w tym NKT 59g Węglowodany 330g w tym cukry 17g Sól 3,3g Błonnik 50g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Paszтет z warzyw	60	Paszтет drobiowy (7)	60
	Paszтет drobiowy (7)	60	Ser biały (7)	30	Ser żółty (7)	30
	Ser żółty (7)	30	Mix sałata, pomidor, ogórek, oliwa, pietruszka	100	Mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa, pietruszka	100
	Mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa,	100				
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)	300	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9)	300
	Rolada z boczkiem i ogórkiem (S)	100	Rolada duszona z warzywami	100	Rolada z boczkiem i ogórkiem (S)	100
	Kasza gryczana	100	Kasza jęczmienna	100	Kasza gryczana	100
	Buraczki	100	Buraczki	100	Buraczki	100
Podwieczorek	Banan	130	Banan	130	Banan	130
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Ser biały (7)	30	Masło(7)	15
	Ser biały (7)	30	Szynka drobiowa (6)	30	Ser biały (7)	30
	Szynka drobiowa (6)	30	Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	100	Szynka drobiowa (6)	30
	Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	100			Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2835 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 55g Węglowodany 329g w tym cukry 43g Sól 2,7g Błonnik 36g		KCAL: 2779 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:125g, w tym NKT 42g Węglowodany 345g w tym cukry 40g Sól 2,7g Błonnik 36g		KCAL: 2835 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ: 127g, w tym NKT 55g Węglowodany 329g w tym cukry 43g Sól 2,7g Błonnik 36g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

CZWARTEK 28.08.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Ryż na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajko got.z majonezem(3,7) Sałatka warzywna (roszponka, pomidor, papryka, kukurydza, oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 50 100	Ryż na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajko na miękko (3) Sałatka warzywna (roszponka, pomidor, papryka, kukurydza, oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Ryż na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajko got.z majonezem(3,7) Sałatka warzywna (roszponka, pomidor, papryka, kukurydza, oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 50 100
II Śniadanie	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Sok pomidorowy Wafle ryżowe (1)	300 40
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) G De voilalle z serem S (1,3,7,9) S Ziemniaki G Surówka z kapusty	300 150 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) Filet grillowany (1,3,7,9) Ziemniaki Marchewka got.	300 150 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) De voilalle z serem (1,3,7,9) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 150 200 100
Podwieczorek	Sałatka owocowa	100	Sałatka owocowa	100	Wrap z szynką, serem i warzywami (1,6,7)	70
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Ser biały (7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	250 100 35 15 30 30 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Ser biały (7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	250 100 15 30 30 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Ser biały (7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	250 100 35 15 30 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 3041 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 44g Węglowodany 405g w tym cukry 15g Sól 3,4 g błonnik 57g		KCAL: 3007 BIAŁKO: 125g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 42g Węglowodany 405g w tym cukry 15g Sól 3g błonnik 56g		KCAL: 2974 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:129g, w tym NKT 38g Węglowodany 367g w tym cukry 16g Sól 3,4g błonnik 62g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/ trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Ryż na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajko got.z majonezem(3,7) Sałatka warzywna (roszponka, pomidor, papryka, kukurydza, oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 50 100	Ryż na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajko na miękko (3) Sałatka warzywna (roszponka, pomidor, papryka, kukurydza, oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Ryż na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajko got.z majonezem(3,7) Sałatka warzywna (roszponka, pomidor, papryka, kukurydza, oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 50 100
II Śniadanie	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40
Obiad	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) De voilalle (1,3,7,9) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 150 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) Filet grillowany (1,3,7,9) Ziemniaki Marchewka got.	300 150 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) De voilalle (1,3,7,9) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 150 200 100
Podwieczorek	Sałatka owocowa	100	Sałatka owocowa	100	Sałatka owocowa	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Ser biały (7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	250 100 35 15 30 30 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Ser biały (7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	250 100 15 30 30 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Ser biały (7) Szynka drobiowa (6) Mix sałat z kurczakiem i pomidorem w sosie vinegret	250 100 35 15 30 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 3041 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 44g Węglowodany 405g w tym cukry 15g Sól 3,4 g błonnik 57g		KCAL: 3007 BIAŁKO: 125g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 42g Węglowodany 405g w tym cukry 15g Sól 3g błonnik 56g		KCAL: 3041 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 44g Węglowodany 405g w tym cukry 15g Sól 3,4 g błonnik 57g	

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupki i i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. tubin 14. Mięczaki

PIĄTEK 29.08.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50
	Szynka z kurczaka (6,9)	30	Szynka z kurczaka(6,9)	30	Szynka z kurczaka(6,9)	30
	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
	Mix sałat	20	Mix sałat	20	Mix sałat	20
II Śniadanie	Pomidorki koktajlowe Kefir (7)	100 300	Pomidorki koktajlowe Kefir (7)	100 300	Pomidorki koktajlowe Kefir (7)	100 300
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9) G	300 150	Zupa barszcz czysty (1,7,9) Ryba pieczona (1,4,7,9)	300 150	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)	300 150
	Ryba smażona (1,4,7,9)	200	Ziemniaki got..	200	Ryba smażona (1,4,7,9)	200
	Ziemniaki got..	100	Mix warzyw got.	100	Ziemniaki got..	100
	Surówka z kapusty kiszzonej				Surówka z kapusty kiszzonej	
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Salatka cesar (1)	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Salatka jarzynowa (3,7,9)	100	Salatka jarzynowa (3,7,9)	100
	Salatka jarzynowa (3,7,9)	100	Szynka drobiowa	60	Szynka drobiowa	60
	Szynka drobiowa	60				
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2650 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:92g, w tym NKT 40g Węglowodany 361g w tym cukry 28g Sól 2,9 g Błonnik 44g		KCAL: 2638 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 36g Węglowodany 389g w tym cukry 36g Sól 2,6g Błonnik 44g		KCAL: 2530 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 40g Węglowodany 329g w tym cukry 17g Sól 3,4g Błonnik 45g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50	Serek kanapkowy (3,7)	50
	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30
	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
	Mix sałat	20	Mix sałat	20	Mix sałat	20
II Śniadanie	Pomidorki koktajlowe Kefir (7)	100 300	Pomidorki koktajlowe Kefir (7)	100 300	Pomidorki koktajlowe Kefir (7)	100 300
Obiad	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9) G	300 150	Zupa barszcz czysty (1,7,9) Ryba pieczona (1,4,7,9)	300 150	Zupa barszcz ukraiński (1,7,9)	300 150
	Ryba smażona (1,4,7,9)	200	Ziemniaki got..	200	Ryba smażona (1,4,7,9)	200
	Ziemniaki got..	100	Mix warzyw got.	100	Ziemniaki got..	100
	Surówka z kapusty kiszzonej				Surówka z kapusty kiszzonej	
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Salatka jarzynowa (3,7,9)	100	Masło(7)	15
	Salatka jarzynowa (3,7,9)	100	Szynka drobiowa	60	Salatka jarzynowa (3,7,9)	100
	Szynka drobiowa	60			Szynka drobiowa	60
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2650 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:92g, w tym NKT 40g Węglowodany 361g w tym cukry 28g Sól 2,9 g Błonnik 44g		KCAL: 2638 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ:87g, w tym NKT 36g Węglowodany 389g w tym cukry 36g Sól 2,6g Błonnik 44g		KCAL: 2650 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ:92g, w tym NKT 40g Węglowodany 361g w tym cukry 28g Sól 2,9 g Błonnik 44g	

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
 6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.
 11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

SOBOTA 30.08.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Sniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)	250
	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,6,11)	100	Chleb pszenny (1,6,11)	100	Chleb razowy (1,6,11)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Pieczeń rzymska (6)	60	Pieczeń rzymska (6)	60	Pieczeń rzymska (6)	60
	Ser żółty(7)	30	Ser biały (7)	30	Ser żółty(7)	30
	Salatka warzywna (sałata lodowa, pomidor, ogórek, kielki, oliwa)	100	Salatka warzywna (sałata lodowa, pomidor, ogórek, kielki, oliwa)	100	Salatka warzywna (sałata lodowa, pomidor, ogórek, kielki, oliwa)	100
II Śniadanie	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Wafel ryżowy	30
					Mix sałat z sosem vinegret	150
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty G (1,7,9)	300	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,7,9)	300	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,7,9)	300
	Gulasz drobiowy z warzywami (1,3,7) D	120	Gulasz drobiowy z warzywami (1,3,7)	120	Gulasz drobiowy z warzywami (1,3,7)	120
	Kasza kuskus G	100	Kasza kuskus	100	Kasza kuskus	100
	Buraczki G	100	Buraczki	100	Buraczki	100
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy(7)	100	Jogurt naturalny(7)	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Pasta z warzyw pieczonych	60	Masło(7)	15
	Pasta z warzyw pieczonych	60	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta z warzyw pieczonych	60
	Szynka drobiowa (6)	30	Ogórek kiszony	120	Szynka drobiowa (6)	30
	Ogórek kiszony	120			Ogórek kiszony	120
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2895 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 39g Węglowodany 429g w tym cukry 35g Sól 2,6g Błonnik 49g		KCAL: 2895 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:86g, w tym NKT 37g Węglowodany 431g w tym cukry 33g Sól 3,3g Błonnik 47g		KCAL: 2783 BIAŁKO: 134g TŁUSZCZ:99g, w tym NKT 48g Węglowodany 363g w tym cukry 28g Sól 3,2g Błonnik 57g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Sniadanie	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1,7)	250
	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250	kawa zbożowa /herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,6,11)	100	Chleb pszenny (1,6,11)	100	Chleb zwykły (1,6,11)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Pieczeń rzymska (6)	50	Pieczeń rzymska (6)	50	Pieczeń rzymska (6)	50
	Ser żółty(7)	30	Ser biały (7)	30	Ser żółty(7)	30
	Salatka warzywna (sałata lodowa, pomidor, ogórek, kielki, oliwa)	100	Salatka warzywna (sałata lodowa, pomidor, ogórek, kielki, oliwa)	100	Salatka warzywna (sałata lodowa, pomidor, ogórek, kielki, oliwa)	100
II Śniadanie	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40	Baton pełnoziarnisty(1)	40
Obiad	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty G (1,7,9)	300	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,7,9)	300	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty (1,7,9)	300
	Gulasz drobiowy z warzywami (1,3,7) D	120	Gulasz drobiowy z warzywami (1,3,7)	120	Gulasz drobiowy z warzywami (1,3,7)	120
	Kasza kuskus G	100	Kasza kuskus	100	Kasza kuskus	100
	Buraczki G	100	Buraczki	100	Buraczki	100
Podwieczorek	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Pasta z warzyw pieczonych	60	Masło(7)	15
	Pasta z warzyw pieczonych	60	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta z warzyw pieczonych	60
	Szynka drobiowa (6)	30	Ogórek kiszony	120	Szynka drobiowa (6)	30
	Ogórek kiszony	120			Ogórek kiszony	120
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2895 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 39g Węglowodany 429g w tym cukry 35g Sól 2,6g Błonnik 49g		KCAL: 2895 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:86g, w tym NKT 37g Węglowodany 431g w tym cukry 33g Sól 3,3g Błonnik 47g		KCAL: 2895 BIAŁKO: 113g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 39g Węglowodany 429g w tym cukry 35g Sól 2,6g Błonnik 49g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

NIEDZIELA 31.08.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb zwykły (1,6,11) Masło(7) Kielbasa żywiecka (6) Ser biały w plastrach(7) Mix sałat ,pomidor, kukurydza, oliwa, koperek	250 250 100 15 50 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb pszenny (1,6,11) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Ser biały w plastrach(7) Mix sałat ,pomidor, kukurydza, oliwa ,koperek	250 250 100 15 50 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb razowy(1,6,11) Masło(7) Kielbasa żywiecka (6) Ser biały w plastrach Mix sałat, pomidor, kukurydza, oliwa ,koperek	250 250 100 15 50 30 100
II Śniadanie	Jabłko Mus owocowy	130 100	Jabłko Mus owocowy	130 100	Kabanosy Jabłko	90 170
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Rosół z makaronem G (1,7,9) Rolada ze szpinakiem D (1,7) Ziemniaki G Surówka z selera	300 120 200 100	Rosół z makaronem (1,7,9) Rolada ze szpinakiem (1,3,7) Ziemniaki Surówka z selera	300 120 200 100	Rosół z makaronem (1,7,9) Rolada ze szpinakiem (1,3,7) (g) Ziemniaki Surówka z selera	300 120 200 100
Podwieczorek	Galaretką z owocem	130	Galaretką z owocem	130	Jogurt naturalny (7)	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Ser żółty (7) Mix sałat z kielkami	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta twarogowa (7) Dżem Mix sałat z kielkami	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Pasta jajeczna(3,7) Ser żółty (7) Mix sałat z kielkami	250 100 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2795 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 43g Węglowodany 337g w tym cukry 29g Sól 2,6g Błonnik 34g		KCAL: 2664 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 41g Węglowodany 365 g w tym cukry 29g Sól 2,1g Błonnik 34g		Kcal : 2895 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ:135g, w tym NKT 50g Węglowodany 260g w tym cukry 8g Sól 2,9g Błonnik 33g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb zwykły (1,6,11) Masło(7) Kielbasa żywiecka (6) Ser biały w plastrach(7) Mix sałat ,pomidor, kukurydza, oliwa, koperek	250 250 100 15 50 30 200	Kluski lane na mleku (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb pszenny (1,6,11) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Ser biały w plastrach(7) Mix sałat ,pomidor, kukurydza, oliwa ,koperek	250 250 100 15 50 30 200	Kluski lane na mleku (1,7) kawa zbożowa /herbata (1,7) Chleb zwykły (1,6,11) Masło(7) Kielbasa żywiecka (6) Ser biały w plastrach(7) Mix sałat ,pomidor, kukurydza, oliwa, koperek	250 250 100 15 50 30 200
II Śniadanie	Jabłko Mus owocowy	130 100	Jabłko Mus owocowy	130 100	Jabłko Mus owocowy	130 100
Obiad	Rosół z makaronem (1,7,9) Rolada ze szpinakiem (1,3,7) Ziemniaki Surówka z selera	300 120 200 100	Rosół z makaronem (1,7,9) Rolada ze szpinakiem (1,3,7) Ziemniaki Surówka z selera	300 120 200 100	Rosół z makaronem (1,7,9) Rolada ze szpinakiem (1,3,7) Ziemniaki Surówka z selera	300 120 200 100
Podwieczorek	Galaretką z owocem	130	Galaretką z owocem	130	Galaretką z owocem	130
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta jajeczna(3,7) Ser żółty (7) Mix sałat z kielkami	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta twarogowa (7) Dżem Mix sałat z kielkami	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta jajeczna(3,7) Ser żółty (7) Mix sałat z kielkami	250 100 35 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2795 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 43g Węglowodany 337g w tym cukry 29g Sól 2,6g Błonnik 34g		KCAL: 2664 BIAŁKO: 127g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 41g Węglowodany 365 g w tym cukry 29g Sól 2,1g Błonnik 34g		KCAL: 2795 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 43g Węglowodany 337g w tym cukry 29g Sól 2,6g Błonnik 34g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
- 4.Ryby i produkty pochodne
- 5.Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
- 10.Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. łubin
14. Mięczaki

PONIEDZIAŁEK 01.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1)	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Szynka w galarcie	60	Szynka w galarcie	60
	Szynka w galarcie (6,9)	60	Serek kanapkowy	60	Mix serów	60
	Mix serów (7)	60	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa ziola prowansalskie	100	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa ziola prowansalskie	100
	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa ziola prowansalskie	100				
II Śniadanie	Sok jabłkowy	330	Sok jabłkowy	330	Sok pomidorowy	330
					Suchary bez cukru (1)	40
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw (1,7,9) G	300	Zupa krem z zielonych warzyw (1,7,9)	300	Zupa krem z zielonych warzyw (1,7,9)	300
	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym (1,7) S	350	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym (1,7)	350	Naleśniki z mięsem i kapustą (1,7)	350
Podwieczorek	Serek homogenizowany (7)	100	Serek homogenizowany	100	Serek homogenizowany naturalny	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Szynka drobiowa (6)	30	Szynka drobiowa (6)	30
	Szynka drobiowa (6)	30	Twarożek z koperkiem(7)	60	Twarożek z koperkiem (7)	60
	Twarożek z koperkiem (7)	60	Mix sałat z pomidorem	100	Mix sałat z ogórkiem	100
	Mix sałat z ogórkiem	100				
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2655 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 367g w tym cukry 41g Sól 3,3g błonnik 47g		KCAL: 2633 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ: 80g, w tym NKT 41g Węglowodany 343g w tym cukry 38g Sól 3,5g błonnik 46g		Kcal : 2835 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:92g, w tym NKT 42g Węglowodany 326g w tym cukry 20g Sól 3,4g błonnik 46g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Szynka w galarcie	60	Masło(7)	15
	Szynka w galarcie	60	Serek kanapkowy	60	Szynka w galarcie	60
	Mix serów	60	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa ziola prowansalskie	100	Mix serów	60
	Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa ziola prowansalskie	100			Mix sałat pomidor, ogórek, oliwa ziola prowansalskie	100
II Śniadanie	Sok jabłkowy	330	Sok jabłkowy	330	Sok jabłkowy	330
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw (1,7,9)	300	Zupa krem z zielonych warzyw (1,7,9)	300	Zupa krem z zielonych warzyw (1,7,9)	300
	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym (1,7)	350	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym (1,7)	350	Naleśniki z twarogiem i musem owocowym (1,7)	350
Podwieczorek	Serek homogenizowany	100	Serek homogenizowany	100	Serek homogenizowany	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny(1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Szynka drobiowa (6)	30	Masło(7)	15
	Szynka drobiowa (6)	30	Twarożek z koperkiem(7)	60	Szynka drobiowa (6)	30
	Twarożek z koperkiem (7)	60	Mix sałat z pomidorem	100	Twarożek z koperkiem (7)	60
	Mix sałat z ogórkiem	100			Mix sałat z ogórkiem	100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2655 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 367g w tym cukry 41g Sól 3,3g błonnik 47g		KCAL: 2633 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ: 80g, w tym NKT 41g Węglowodany 343g w tym cukry 38g Sól 3,5g błonnik 46g		KCAL: 2655 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 367g w tym cukry 41g Sól 3,3g błonnik 47g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. łubin
14. Mięczaki

WTOREK 02.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z owsianką (1,7)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	250
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	100
	Jajko w sosie jogurtowym(3,7)	60	Jajko na miękko (3,7)	60	Jajko w sosie jogurtowym (3,7)	15
	Ser żółty (7)	30	Dżem	30	Ser żółty (7)	60
	Salatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	100	Salatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	100	Salatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	30
						100
II Śniadanie	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Kefir	300
	Wafel ryżowy	40	Wafel ryżowy	40	Wafel ryżowy	40
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,3,7,9) G	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,3,7,9)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,3,7,9)	300
	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie śmietanowym G,D,(1,7,9)	350	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie śmietanowym (1,7,9)	350	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie śmietanowym (1,7,9)	350
Podwieczorek	Kisiel	150	Kisiel	150	Salatka grecka (7)	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Paprykarz (1,4)	60
	Paprykarz (1,4)	60	Serek kanapkowy (7)	50	Serek topiony (7)	50
	Serek topiony (7)	50	Mix sałat z pomidorem	100	Mix sałat z papryką	100
	Mix sałat z papryką	100				
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 3032 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ 115 g, w tym NKT 49g Węglowodany 392g w tym cukry 28g Sól 6,2g Błonnik 50 g		KCAL: 2929 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ 116g, w tym NKT 45g Węglowodany 428g w tym cukry 28g Sól 5,3g Błonnik 50 g		Kcal : 3270 BIAŁKO: 137g TŁUSZCZ:130g, w tym NKT 49g Węglowodany 377g w tym cukry 9g Sól 6,4g Błonnik 45g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z owsianką (1,7)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)	250	Zupa mleczna z owsianką (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	250
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	100
	Jajko w sosie jogurtowym(3,7)	60	Jajko na miękko (3,7)	60	Jajko w sosie jogurtowym(3,7)	15
	Ser żółty (7)	30	Dżem	30	Ser żółty (7)	60
	Salatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	100	Salatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	100	Salatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	30
						100
II Śniadanie	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
	Wafel ryżowy	40	Wafel ryżowy	40	Wafel ryżowy	40
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,3,7,9)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,3,7,9)	300	Zupa ogórkowa z ziemniakami (1,3,7,9)	300
	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie śmietanowym (1,7,9)	350	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie śmietanowym (1,7,9)	350	Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie śmietanowym (1,7,9)	350
Podwieczorek	Kisiel	150	Kisiel	150	Kisiel	150
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Pasta z pieczonych warzyw (7)	60	Masło(7)	15
	Paprykarz (1,4)	60	Serek kanapkowy (7)	50	Paprykarz (1,4)	60
	Serek topiony (7)	50	Mix sałat z pomidorem	100	Serek topiony (7)	50
	Mix sałat z papryką	100			Mix sałat z papryką	100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 3032 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ 115 g, w tym NKT 49g Węglowodany 392g w tym cukry 28g Sól 6,2g Błonnik 50 g		KCAL: 2929 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ 116g, w tym NKT 45g Węglowodany 428g w tym cukry 28g Sól 5,3g Błonnik 50 g		KCAL: 3032 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ 115 g, w tym NKT 49g Węglowodany 392g w tym cukry 28g Sól 6,2g Błonnik 50 g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. Łubin
14. Mięczaki

SRODA 03.09.2025

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Serek biały (7) Szynka wieprzowa(6,9) Pomidor, ogórek, oliwa ,Mix sałat	250 250 100 35 15 50 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny Masło(7) Serek biały (7) Szynka drobiowa (6,9) Pomidor, ogórek, oliwa ,Mix sałat	250 250 100 15 50 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy Masło(7) Serek biały (7) Szynka wieprzowa(6,9) Pomidor, ogórek, oliwa ,Mix sałat	250 250 100 15 50 30 100
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Salatka z pomidorem i fetą (7)	100
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa barszcz biały G (1,7,9) Kotlet w płatkach kukurydzianych(1,3) P Ziemniaki duszone Mizeria	300 100 200 100	Zupa barszcz biały (1,7,9) Filet w ziołach (7)D Ziemniaki duszone Surówka z marchewki	300 100 200 100	Zupa barszcz biały (1,7,9) Kotlet w płatkach kukurydzianych Ziemniaki duszone Mizeria	300 100 200 100
Podwieczorek	Sok wielowarzywny	300	Sok wielowarzywny	300	Sok wielowarzywny	300
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Galart drobiowy G Ser kremowy (7) Mix sałat z papryką	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Galart drobiowy Ser kremowy (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Galart drobiowy Ser kremowy (7) Mix sałat z papryką	250 100 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2940 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 60g Węglowodany 401g w tym cukry 49g Sól 4,4g Błonnik 46g		KCAL: 2800 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 50g Węglowodany 391g w tym cukry 24g Sól 4,2g Błonnik 53g		Kcal : 2474 BIAŁKO: 121g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 46G Węglowodany 308g w tym cukry 25g Sól 3,2g Błonnik 53g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata(1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Serek biały (,7) Szynka wieprzowa (6,9) Pomidor, ogórek, oliwa ,Mix sałat	250 250 100 35 15 50 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny Masło(7) Serek biały (,7) Szynka drobiowa (6,9) Pomidor, ogórek, oliwa ,Mix sałat	250 250 100 15 50 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Serek biały (,7) Szynka wieprzowa (6,9) Pomidor, ogórek, oliwa ,Mix sałat	250 250 100 35 15 50 30 100
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
Obiad	Zupa barszcz biały G (1,7,9) Kotlet w płatkach kukurydzianych(1,3) P Ziemniaki duszone Mizeria	300 100 200 100	Zupa barszcz biały (1,7,9) Filet w ziołach (7)D Ziemniaki duszone Surówka z marchewki	300 100 200 100	Zupa barszcz biały G (1,7,9) Kotlet w płatkach kukurydzianych(1,3) P Ziemniaki duszone Mizeria	300 100 200 100
Podwieczorek	Sok wielowarzywny	300	Sok wielowarzywny	300	Sok wielowarzywny	300
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Galart drobiowy Ser kremowy (7) Mix sałat z papryką	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Galart drobiowy Ser kremowy (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Galart drobiowy Ser kremowy (7) Mix sałat z papryką	250 100 35 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2940 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 60g Węglowodany 401g w tym cukry 49g Sól 4,4g Błonnik 46g		KCAL: 2800 BIAŁKO: 118g TŁUSZCZ:110g, w tym NKT 50g Węglowodany 391g w tym cukry 24g Sól 4,2g Błonnik 53g		KCAL: 2940 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 60g Węglowodany 401g w tym cukry 49g Sól 4,4g Błonnik 46g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. tubin 14. Mięczaki

CZWARTEK 04.09.2025

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Dżem Twarożek na sło(7) Sałatka warzywna pomidor, ogórek, kielki, oliwa, pietruszka	250 250 100 35 15 50 60 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Dżem Twarożek na sło(7) Sałatka warzywna pomidor, ogórek, kielki, oliwa, pietruszka	250 250 100 35 15 50 60 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Dżem Twarożek na sło(7) Sałatka warzywna pomidor, ogórek, kielki, oliwa, pietruszka	250 250 100 35 15 50 60 60 100
II Śniadanie	Budyń z musem owocowym (1,7)	150	Budyń z musem owocowym	150	Tortilla pełnoziarnista z warzywami	130
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krem brokułowy G(1,9) Kurczak w potrawce G(1,7) Ryż curry G Marchewka z groszkiem D	300 100 100 100	Zupa krem brokułowy (1,9) Kurczak w potrawce(1,7) Ryż curry Marchewka got.	300 100 100 100	Zupa krem brokułowy (1,9) Kurczak w potrawce (1,7) Ryż curry Surówka z marchewki	300 100 100 100
Podwieczorek	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Jogurt naturalny	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет drobiowy G Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta z twarogu i buraka Szynka drobiowa Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет drobiowy Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2630 BIALKO: 109g TŁUSZCZ:79g, w tym NKT 38g Węglowodany 388g w tym cukry 44g Sól 3g Błonnik 38g		KCAL: 2585 BIALKO: 106g TŁUSZCZ:76g, w tym NKT 29g Węglowodany 380g w tym cukry 42g Sól 3g Błonnik 35g		KCAL: 2474 BIALKO: 130g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 43g Węglowodany 308g w tym cukry 19g Sól 3,2g Błonnik 56g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Dżem Twarożek na sło(7) Sałatka warzywna pomidor, ogórek, kielki, oliwa, pietruszka	250 250 100 35 15 50 60 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Dżem Twarożek na sło(7) Sałatka warzywna pomidor, ogórek, kielki, oliwa, pietruszka	250 250 100 35 15 50 60 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Dżem Twarożek na sło(7) Sałatka warzywna pomidor, ogórek, kielki, oliwa, pietruszka	250 250 100 35 15 50 60 60 100
II Śniadanie	Budyń z musem owocowym	150	Budyń z musem owocowym	150	Budyń z musem owocowym	150
Obiad	Zupa krem brokułowy(1,9) Kurczak w potrawce(1,7) Ryż curry Marchewka z groszkiem	300 100 100 100	Zupa krem brokułowy (1,9) Kurczak w potrawce(1,7) Ryż curry Marchewka got.	300 100 100 100	Zupa krem brokułowy (1,9) Kurczak w potrawce (1,7) Ryż curry Surówka z marchewki	300 100 100 100
Podwieczorek	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет drobiowy G Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta z twarogu i buraka Szynka drobiowa Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет drobiowy G Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2630 BIALKO: 109g TŁUSZCZ:79g, w tym NKT 38g Węglowodany 388g w tym cukry 44g Sól 3g Błonnik 38g		KCAL: 2585 BIALKO: 106g TŁUSZCZ:76g, w tym NKT 29g Węglowodany 380g w tym cukry 42g Sól 3g Błonnik 35g		KCAL: 2630 BIALKO: 109g TŁUSZCZ:79g, w tym NKT 38g Węglowodany 388g w tym cukry 44g Sól 3g Błonnik 38g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
- 4.Ryby i produkty pochodne
- 5.Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
- 10.Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. łubin
14. Mięczaki

PIĄTEK 05.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got. Szynka z kurczaka (6,9) Mix sałat z warzywami i sosem vinegret	250 250 100 35 15 60 30 100	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny Masło(7) Jajko na miękko Szynka z kurczaka Mix sałat z warzywami i sosem vinegret	250 250 100 15 60 30 100	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got Szynka z kurczaka Mix sałat z warzywami i sosem vinegret	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Mus owocowy Jabłko	100 170	Mus owocowy Jabłko	100 170	Serek wiejski (7) Pomidor z cebulą	150 100
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa ziemniaczana z boczkiem G (1,7,9) Pierogi z serem (1,7)	300 350	Zupa ziemniaczana (1,7,9) Pierogi z serem (1,7)	300 350	Zupa ziemniaczana z boczkiem G (1,7,9) Pierogi z serem (1,7)	300 350
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy	100	Mus warzywny	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy(1) Masło(7) Sałatka z burakiem ,fetą i rukolą(7) Kielbasa żywiecka(6)	250 100 35 15 100 30	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z burakiem ,fetą i rukolą Kielbasa żywiecka(6)	250 100 35 15 100 30	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z pomidorem, fetą i rukolą Kielbasa żywiecka(6)	250 100 35 15 100 30
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2632 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 46g Węglowodany 357g w tym cukry 25g Sól 3g Błonnik 33g		KCAL: 2575 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 42g Węglowodany 347g w tym cukry 23g Sól 3g Błonnik 32g		Kcal : 2747 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:114g, w tym NKT 38g Węglowodany 329g w tym cukry 13g Sól 3g Błonnik 43g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got. Szynka z kurczaka Mix sałat z warzywami i sosem vinegret	250 250 100 35 15 60 30 100	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny Masło(7) Jajko na miękko Szynka z kurczaka Mix sałat z warzywami i sosem vinegret	250 250 100 15 60 30 100	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Jajko got. Szynka z kurczaka Mix sałat z warzywami i sosem vinegret	250 250 100 35 15 60 30 100
II Śniadanie	Mus owocowy Jabłko	100 170	Mus owocowy Jabłko	100 170	Mus owocowy Jabłko	100 170
Obiad	Zupa ziemniaczana z boczkiem G (1,7,9) Pierogi z serem (1,7)	300 350	Zupa ziemniaczana (1,7,9) Pierogi z serem (1,7)	300 350	Zupa ziemniaczana z boczkiem G (1,7,9) Pierogi z serem (1,7)	300 350
Podwieczorek	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100	Jogurt owocowy	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z burakiem ,fetą i rukolą(7) Kielbasa żywiecka(6)	250 100 35 15 100 30	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z burakiem ,fetą i rukolą Kielbasa żywiecka(6)	250 100 35 15 100 30	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Sałatka z burakiem ,fetą i rukolą(7) Kielbasa żywiecka(6)	250 100 35 15 100 30
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2632 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 46g Węglowodany 357g w tym cukry 25g Sól 3g Błonnik 33g		KCAL: 2575 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 42g Węglowodany 347g w tym cukry 23g Sól 3g Błonnik 32g		KCAL: 2632 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:96g, w tym NKT 46g Węglowodany 357g w tym cukry 25g Sól 3g Błonnik 33g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSILKACH:

1. Zboża zawierające gluten
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jaja i produkty pochodne
- 4.Ryby i produkty pochodne
- 5.Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy
9. Seler i produkty pochodne
- 10.Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu
12. Dwutlenek siarki
13. łubin
14. Mięczaki