

	(sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	
II Śniadanie	Sok pomidorowy	300	Sok pomidorowy	300	Sok pomidorowy	300
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300
		350		350		350
Podwieczorek	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb zwykły (1,7)	35
		15		60		15
	Chleb razowy	60	Masło(7)	50	Chleb razowy	60
		30		50		30
		50				50
	Masło(7)		Pasta z warzyw (1,7)		Masło(7)	
	Paprykarz (1,4)		Serek kanapkowy (7)		Paprykarz (1,4)	
	Ser żółty (7)		Mix sałat z papryką		Ser żółty (7)	
	Mix sałat z papryką				Mix sałat z papryką	
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2753 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 40g Węglowodany 384g w tym cukry 20g Sól 5,7g Błonnik 49 g		KCAL: 2538 BIAŁKO: 95g TŁUSZCZ 110g, w tym NKT 40g Węglowodany 305g w tym cukry 19g Sól 4,5g Błonnik 40g		KCAL: 2753 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 40g Węglowodany 384g w tym cukry 20g Sól 5,7g Błonnik 49 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. tulin 14. Mięczaki

NIEDZIELA 07.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1) Masło(7) Szynka drobiowa Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Muffinka (1,7)	70	Muffinka	70	Muffinka	70
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Rosół wiedeński (1,7,9) Pieczeń z karkówki Ziemniaki Buraczki gotowane	300 120 200 100	Rosół wiedeński (1,7,9) Schab gotowany Ziemniaki Buraczki gotowane	300 120 200 100	Rosół wiedeński (1,7,9) Pieczeń z karkówki Ziemniaki Buraczki gotowane	300 120 200 100
Podwieczorek	Sałatka z owoców sezonowych	150	Sałatka z owoców sezonowych	150	Serek wiejski (7)	150
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezarska z grzankami	250 100 35 15 30 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezarska z grzankami	250 100 15 30 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezarska z grzankami	250 100 15 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3171 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 39g Węglowodany 364g w tym cukry 29g Sól 4g Błonnik 40g		Kcal : 3448 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ:137g, w tym NKT 46g Węglowodany 313g w tym cukry 26g Sól 3,6g Błonnik 36g	

	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	Owsianka na mleku (1,7)	250	Owsianka na mleku (1,7)	250	Owsianka na mleku (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)	100	Chleb razowy (1,7)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Szynka drobiowa	60	Szynka drobiowa	60	Szynka drobiowa	60
	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30	Ser żółty (7)	30
	Salatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	100	Salatka warzywny (mix sałat, pomidor, papryka, oliwa)	100	Salatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	100
II Śniadanie	Muffinka	70	Muffinka	70	Muffinka	70
Obiad	Rosół wiedeński (1,7,9)	300	Rosół wiedeński (1,7,9)	300	Rosół wiedeński (1,7,9)	300
	Pieczeń z karkówki	120	Schab gotowany	120	Pieczeń z karkówki	120
	Ziemniaki	200	Ziemniaki	200	Ziemniaki	200
	Buraczki gotowane	100	Buraczki gotowane	100	Buraczki gotowane	100
Podwieczorek	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150	Salatka z owoców sezonowych	150
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Szynka gotowana (6)	30	Szynka gotowana (6)	30
	Szynka gotowana (6)	30	Salatka cesar z grzankami	100	Salatka cesar z grzankami	100
	Salatka cesar z grzankami	100				
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3171 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 39g Węglowodany 364g w tym cukry 29g Sól 4g Błonnik 40g		KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g	

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
Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

PONIEDZIAŁEK 08.09.2025						
	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)	250	Kluski lane na mleku (1,7)	250	Kluski lane na mleku (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	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
	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg ze szczypiorkiem (7)	60
	Szynka gotowana (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30
	Salatka warzywna	100	Salatka warzywna	100	Salatka warzywna	50
	(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	100
II Śniadanie	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	40
Obiad	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9)	300	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9)	300	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9)	300
	De volaille ze szpinakiem (1,7) S	120	Rolada ze szpinakiem gotowana	120	De volaille ze szpinakiem (1,7) S	120
	Ziemniaki	200	Ziemniaki	200	Ziemniaki	200
	Surówka z kapusty	100	Warzywa na parze	100	Surówka z kapusty	100
Podwieczorek	Banan	130	Banan	130	Salatka z jajkiem i rzodkiewką (3,7)	150
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 mięsna z kurczaka (6,9)	60	Paszтет pieczony	60
	Paszтет pieczony	60	Ser kanapkowy (7)	50	Ser żółty (7)	30
	Ser żółty (7)	30	Salata mix, pomidor , kielki	100	Salata mix, papryka , kielki	100
	Salata mix, papryka , kielki	100				

WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2647 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ;93g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 32g Sól 2,9g Błonnik 38g		KCAL: 2707 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ;94g, w tym NKT 45g Węglowodany 340g w tym cukry 32g Sól 2,7g Błonnik 36g		Kcal : 3080 BIAŁKO: 150g TŁUSZCZ;144g, w tym NKT 53g Węglowodany 311g w tym cukry 21g Sól 2,8g Błonnik 40g	
	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 Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka gotowana (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka gotowana (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	40
Obiad	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9) De volaille ze szpinakiem (1,7) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 120 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) Rolada ze szpinakiem gotowana Ziemniaki Warzywa na parze	300 120 200 100	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9) De volaille ze szpinakiem (1,7) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 120 200 100
Podwieczorek	Banan	130	Banan	130	Banan	130
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 30 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałata mix, pomidor , kielki	250 100 15 60 50 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2647 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ;93g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 32g Sól 2,9g Błonnik 38g		KCAL: 2707 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ;94g, w tym NKT 45g Węglowodany 340g w tym cukry 32g Sól 2,7g Błonnik 36g		KCAL: 2647 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ;93g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 32g Sól 2,9g 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. tubin 14. Mięczaki
Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

WTOREK 09.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1) Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy(1) Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 15 30 60 100
II Śniadanie	Jabłko	170	Jabłko	170	Serek wiejski Sok pomidorowy	200 300
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krupnik G (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym G (1,7,9) Ziemniaki gotowane	300	Zupa krupnik (1,7,9) Pulpet w sosie pomidorowym (1,7,9) Ziemniaki gotowane	300	Zupa krupnik (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym (1,7,9) Ziemniaki gotowane	300

		100	Brokuł gotowany	100		100
		200		200		200
				100		
Podwieczorek	Kisiel (1)	120	Kisiel (1)	120	Kisiel b/c	120
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb razowy	15
		15		60		60
	Chleb razowy	60	Masło(7)	50	Masło(7)	50
		50		50		50
	Masło(7)	50	Szynka drobiowa (6,9)		Pasta z makreli (4,7)	
	Pasta z makreli (4,7)		Ser biały (7)		Mix serów (7)	
	Mix serów (7)		Mix sałat z pomidorem		Mix sałat z pomidorem	
	Mix sałat z pomidorem					
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2857 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g Węglowodany 408g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 47g		KCAL: 2661 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 40g Węglowodany 349g w tym cukry 25g Sól 2,7g Błonnik 34g		KCAL: 2951 BIAŁKO: 142g TŁUSZCZ:102g, w tym NKT 48g Węglowodany 391g w tym cukry 24g Sól 4,2g Błonnik 49g	
	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
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100
		35		35		35
	Chleb zwykły (1,7)	15	Chleb pszenny (1)	15	Chleb zwykły (1,7)	15
		30		30		30
	Chleb razowy	60	Masło(7)	60	Chleb razowy	60
		50		50		50
	Masło(7)		Szynka wieprzowa (6)		Masło(7)	
	Szynka wieprzowa (6)		Twarożek z koperkiem(7)		Szynka wieprzowa (6)	
	Twarożek z koperkiem(7)		Salatka warzywna		Twarożek z koperkiem(7)	
	Salatka warzywna		pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat		Salatka warzywna	
	pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat				pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	
II Śniadanie	Jabłko	170	Jabłko	170	Jabłko	170
Obiad	Zupa krupnik (1,7,9)	300	Zupa krupnik (1,7,9)	300	Zupa krupnik (1,7,9)	300
	Gołąbek w sosie pomidorowym(1,7,9)	100	Pulpet w sosie pomidorowym(1,7,9)	100	Gołąbek w sosie pomidorowym(1,7,9)	100
	Ziemniaki gotowane		Ziemniaki gotowane		Ziemniaki gotowane	
		200	Brokuł gotowany	200		200
				100		
Podwieczorek	Kisiel (1)	120	Kisiel (1)	120	Kisiel (1)	120
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb zwykły (1,7)	35
		15		60		15
	Chleb razowy	60	Masło(7)	50	Chleb razowy	60
		50		50		50
		50				50

	Masło(7)		Szynka drobiowa (6,9)		Masło(7)	
	Pasta z makreli (4,7)		Ser biały (7)		Pasta z makreli (4,7)	
	Mix serów (7)		Mix sałat z pomidorem		Mix serów (7)	
	Mix sałat z pomidorem				Mix sałat z pomidorem	
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2857 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g Węglowodany 408g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 47g		KCAL: 2661 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 40g Węglowodany 349g w tym cukry 25g Sól 2,7g Błonnik 34g		KCAL: 2857 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g Węglowodany 408g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 47g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚILKACH:
 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.Gorzczyca i produkty pochod.
 11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. łubin 14. Mięczaki

ŚRODA 10.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Kasza manna na mleku(1,7)	250	Kasza manna na mleku (1,7)	250	Kasa manna na mleku(1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
		15		15		15
	Chleb zwykły (1,7)	60	Chleb pszenny (1,7)	60	Chleb razowy (1,7)	60
		30		30		30
	Masło(7)	30	Masło(7)	30	Masło(7)	30
		100		100		100
	Pasta jajeczna (3,7)		Pasta twarogowa z burakiem (7)		Pasta jajeczna (3,7)	
	Szynka salami		Szynka salami		Szynka salami	
	Salatka warzywna		Salatka warzywna		Salatka warzywna	
	(Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie,)		(Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie,)		(Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie,)	
II Śniadanie	Ciastka kruche (1)	40	Ciastka kruche (1)	40	Salatka z sosem vinegret Kefir (7)	200 300
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami G(1,7,9)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)	300
	Gulasz węgierski D (1)		Gulasz węgierski (1)		Gulasz węgierski (1)	
	Placek ziemniaczany S (1,3)	120	Kasza jęczmienna (1)	120	Kasza jęczmienna (1)	120
		200		150		150
Podwieczorek	Nektarynka	130	Nektarynka	130	Nektarynka	130
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb razowy	15
		15		60		60
	Chleb razowy	60	Masło(7)	100	Masło(7)	100
		100				
	Masło(7)		Pieczeń rzymska (6)		Pieczeń rzymska (6)	
	Pieczeń rzymska (6)		Salatka jarzynowa (1,3,7)		Salatka jarzynowa (1,3,7)	
	Salatka jarzynowa (1,3,7)					
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2457 BIAŁKO: 94g TŁUSZCZ:82g, w tym NKT 34g Węglowodany 339g w tym cukry 26g Sól 3,2 g błonnik 38g		KCAL: 2513 BIAŁKO: 86g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 30g Węglowodany 346g w tym cukry 21g Sól 3,9 g błonnik 40g		KCAL: 2139 BIAŁKO: 106g TŁUSZCZ:80g, w tym NKT 34g Węglowodany 330g w tym cukry 12g Sól 3g błonnik 38g	
	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	Kasza manna na mleku(1,7)	250	Kasza manna na mleku (1,7)	250	Kasa manna na mleku(1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
		15		15		15
	Chleb zwykły (1,7)	60	Chleb pszenny (1,7)	60	Chleb razowy (1,7)	60
		30		30		30
	Masło(7)	30	Masło(7)	30	Masło(7)	30
		100		100		100
	Pasta jajeczna (3,7)		Pasta twarogowa z burakiem (7)		Pasta jajeczna (3,7)	
	Szynka salami		Szynka salami		Szynka salami	
	Salatka warzywna		Salatka warzywna		Salatka warzywna	
	(Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie,)		(Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie,)		(Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie,)	
II Śniadanie	Ciastka kruche	40	Ciastka kruche	40	Ciastka kruche	100
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)	300	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9)	300
	Gulasz węgierski (1)		Gulasz węgierski (1)		Gulasz węgierski (1)	
	Placek ziemniaczany (1,3)	120	Kasza jęczmienna (1)	120	Placek ziemniaczany (1,3)	120
		200		150		200
Podwieczorek	Nektarynka	130	Nektarynka	130	Nektarynka	130
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb zwykły (1,7)	35
		15		60		15
	Chleb razowy	60	Masło(7)	100	Chleb razowy	60
		100				100
	Masło(7)		Pieczeń rzymska (6)		Masło(7)	
	Pieczeń rzymska (6)		Salatka jarzynowa (1,3,7)		Pieczeń rzymska (6)	
	Salatka jarzynowa (1,3,7)				Salatka jarzynowa (1,3,7)	
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2457 BIAŁKO: 94g TŁUSZCZ;82g, w tym NKT 34g Węglowodany 339g w tym cukry 26g Sól 3,2 g błonnik 38g		KCAL: 2513 BIAŁKO: 86g TŁUSZCZ;90g, w tym NKT 30g Węglowodany 346g w tym cukry 21g Sól 3,9 g błonnik 40g		KCAL: 2457 BIAŁKO: 94g TŁUSZCZ;82g, w tym NKT 34g Węglowodany 339g w tym cukry 26g Sól 3,2 g błonnik 38g	

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

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

CZWARTEK 11.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Owsianka na mleku (1,7)	250	Owsianka na mleku (1,7)	250	Owsianka na mleku (1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100
		15		15		15
	Chleb zwykły (1,7)	60	Chleb pszenny (1,7)	60	Chleb razowy (1,7)	70
		30		30		30
	Masło(7)	100	Masło(7)	100	Masło(7)	100

	Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa (6,9) Salatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)		Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa(6,9) Salatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)		Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa(6,9) Salatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	
II Śniadanie	Jabłko	170	Jabłko	170	Kanapka razowa z warzywami Serek wiejski	70 200
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G Kotlet pożarski S (1,3) Ziemniaki got. Marchew z groszkiem	300 120 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Filet grillowany Ziemniaki got. Sałata z jogurtem (7)	300 120 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Kotlet pożarski (1,3) Ziemniaki got. Marchew z groszkiem	300 120 200 100
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Suchary b/c	40
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Ser żółty (7) Szynka drobiowa (6) Papryka świeża	250 100 35 15 30 30 60	herbata Chleb pszenny(1) Masło(7) Dżem Szynka drobiowa (6) Mix kielków	250 100 15 50 30 20	herbata Chleb razowy(1) Masło(7) Ser żółty (7) Szynka drobiowa (6) Papryka świeża	250 100 15 30 30 60
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2822 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ;131g, w tym NKT 40g Węglowodany 320g w tym cukry 21g Sól 4g Błonnik 34g		KCAL: 2912 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ;120g, w tym NKT 40g Węglowodany 343g w tym cukry 22g Sól 3,4g Błonnik 32g		Kcal : 3004 BIAŁKO: 123 g TŁUSZCZ;120g, w tym NKT 40g Węglowodany 347g w tym cukry 10g Sól 4,6g Błonnik 35g	
	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	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa (6,9) Salatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa(6,9) Salatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa (6,9) Salatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Jabłko	170	Jabłko	170	Jabłko	170
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G Kotlet pożarski S (1,3) Ziemniaki got. Marchew z groszkiem	300 120	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Filet grillowany Ziemniaki got. Sałata z jogurtem (7)	300 120 200	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G Kotlet pożarski S (1,3) Ziemniaki got. Marchew z groszkiem	300 120

		200		100		200
		100				100
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny(1)	15	Chleb zwykły (1,7)	35
		15		50		15
	Chleb razowy	30	Masło(7)	30	Chleb razowy	30
		30		20		30
		60				60
	Masło(7)		Dżem		Masło(7)	
	Ser żółty (7)		Szynka drobiowa (6)		Ser żółty (7)	
	Szynka drobiowa (6)		Mix kielków		Szynka drobiowa (6)	
	Papryka świeża				Papryka świeża	
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2822 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ:131g, w tym NKT 40g Węglowodany 320g w tym cukry 21g Sól 4g Błonnik 34g		KCAL: 2912 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 40g Węglowodany 343g w tym cukry 22g Sól 3,4g Błonnik 32g		KCAL: 2822 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ:131g, w tym NKT 40g Węglowodany 320g w tym cukry 21g Sól 4g 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
Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

PIĄTEK 12.09.2025						
	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)	250	Kluski lane na mleku (1,7)	250	Kluski lane na mleku (1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
		15		15		15
		60		60		60
	Chleb zwykły (1,7)	30	Chleb pszenny (1,7)	30	Chleb razowy (1,7)	30
		50		50		50
	Masło(7)	100	Masło(7)	100	Masło(7)	100
	Twaróg na słodko (7)		Twaróg na słodko (7)		Twaróg na słono (7)	
	Szynka z kurczaka (6)		Szynka z kurczaka (6)		Szynka z kurczaka (6)	
	Dżem		Dżem		Dżem	
	Salatka warzywna		Salatka warzywna		Salatka warzywna	
	(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Mix salata z sosem winegret Mus warzywny Chleb chrupki	100 100 35
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krem brokułowy G (1,7,9)	300	Zupa krem brokułowy (1,7,9)	300	Zupa krem brokułowy (1,7,9)	300
	Gzik z cebulką(7)		Gzik (7)		Gzik z cebulką(7)	
	Ziemniaki G	150	Ziemniaki	150	Ziemniaki	150
		200		200		200
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt naturalny	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100

	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb razowy	15
	Chleb razowy	15	Masło(7)	60	Masło(7)	60
	Masło(7)	60	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	30	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60
	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	50	Szynka drobiowa	50	Ser żółty (7)	50
	Ser żółty (7)		Salata mix, papryka , kielki		Salata mix, papryka , kielki	
	Salata mix, papryka , kielki					
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2500 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 50g Węglowodany 337g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 40g		KCAL: 2483 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 313g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 31g		Kcal : 2428 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:86g, w tym NKT 49g Węglowodany 313 g w tym cukry 15g Sól 3g Błonnik 41g	
	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)	250	Kluski lane na mleku (1,7)	250	Kluski lane na mleku (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	250	Kawa zbożowa/herbata	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
	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60	Twaróg na słodko (7)	60
	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30	Szynka z kurczaka (6)	30
	Dżem	50	Dżem	50	Dżem	50
	Salatka warzywna	50	Salatka warzywna	50	Salatka warzywna	50
	(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)		(Salata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
Obiad	Zupa krem brokułowy (1,7,9)	300	Zupa krem brokułowy (1,7,9)	300	Zupa krem brokułowy (1,7,9)	300
	Gzik z cebulką(7)	150	Gzik (7)	150	Gzik z cebulką(7)	150
	Ziemniaki	200	Ziemniaki	200	Ziemniaki	200
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	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Masło(7)	15
	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60	Szynka drobiowa (6)	30	Pasta mięsna z kurczaka (6,9)	60
	Ser żółty (7)	50	Salata mix, papryka , kielki	50	Ser żółty (7)	60
	Salata mix, papryka , kielki				Salata mix, papryka , kielki	50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2500 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 50g Węglowodany 337g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 40g		KCAL: 2483 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 313g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 31g		KCAL: 2500 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 50g Węglowodany 337g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 40g	

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
 Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

SOBOTA 13.09.2025

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (1,7)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
		15		15		15
	Chleb zwykły (1,7)	60	Chleb pszenny (1,7)	60	Chleb razowy (1,7)	60
		30		30		30
	Masło(7)	100	Masło(7)	100	Masło(7)	100
	Pasztet pieczony (6,9)		Pasta z pieczonych warzyw (7)		Pasztet pieczony (6,9)	
	Szynka z kurczaka (6)		Szynka z kurczaka (6)		Szynka z kurczaka (6)	
	Salatka warzywna		Salatka warzywna		Salatka warzywna	
	(Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)		(Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)		(Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	
II Śniadanie	Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko Serek wiejski	150 200
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa ziemniaczana G (1,7,9) G	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G	300
	Pulpet w sosie koperkowym (1,3,7)		Pulpet w sosie koperkowym (1,3,7)		Pulpet w sosie koperkowym(1,3,7)	
	Ryż G	100	Ryż	100	Ryż	100
	Surówka z marchewki	150	Surówka z marchewki	150	Surówka z marchewki	150
		100		100		100
Podwieczorek	Salatka z owoców sezonowych	100	Salatka z owoców sezonowych	100	Słupki warzywne z hummusem	150
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb razowy	15
		15		60		60
	Chleb razowy	60	Masło(7)	30	Masło(7)	30
		30		50		50
	Masło(7)	50	Szynka z kurczaka (6,9)		Szynka z kurczaka (6,9)	
	Szynka z kurczaka (6,9)		Serek homogenizowany (7)		Ser żółty(7)	
	Ser żółty(7)		Mix sałat, papryka		Mix sałat, papryka	
	Mix sałat, papryka					
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2916 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ; 100g, w tym NKT 40g Węglowodany 388g w tym cukry 25g Sól 3g błonnik 41g		KCAL: 2902 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ; 83g, w tym NKT 37g Węglowodany 369g w tym cukry 23g Sól 3,8g błonnik 36g		Kcal : 3102 BIAŁKO: 145g TŁUSZCZ;117g, w tym NKT 53g Węglowodany 382g w tym cukry 15g Sól 3,8 g 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	Płatki owsiane na mleku (1,7)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)	250	Płatki owsiane na mleku (1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
		15		15		15
	Chleb zwykły (1,7)	60	Chleb pszenny (1,7)	60	Chleb zwykły (1,7)	60
		30		30		30
	Masło(7)	100	Masło(7)	100	Masło(7)	100
	Pasztet pieczony (6,9)		Pasta z pieczonych warzyw (7)		Pasztet pieczony (6,9)	

	Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)		Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)		Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	
II Śniadanie	Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko	150
Obiad	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G Pulpet w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż Surówka z marchewki	300 100 150 100	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G Pulpet w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż Surówka z marchewki	300 100 150 100	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G Pulpet w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż Surówka z marchewki	300 100 150 100
Podwieczorek	Sałatka z owoców sezonowych	100	Sałatka z owoców sezonowych	100	Sałatka z owoców sezonowych	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Serek homogenizowany (7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2916 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 40g Węglowodany 388g w tym cukry 25g Sól 3g błonnik 41g		KCAL: 2902 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ: 83g, w tym NKT 37g Węglowodany 369g w tym cukry 23g Sól 3,8g błonnik 36g		KCAL: 2916 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 40g Węglowodany 388g w tym cukry 25g Sól 3g błonnik 41g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POŚILKACH:
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

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

NIEDZIELA 14.09.2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100
II Śniadanie	Kefir (7)	200	Kefir (7)	200	Kefir,(7) Wafle ryżowe (1)	200 40
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach

Obiad	Rosół z makaronem G (1,7,9)	300	Rosół z makaronem(1,7,9)	300	Rosół z makaronem(1,7,9)	300
	Kotlet schabowy S (1,7)	100	Filet grillowany (1,7)	100	Kotlet schabowy (1,7)	100
	Ziemniaki G	150	Ziemniaki	150	Ziemniaki	150
	Brokuł got z masłem i bułką	100	Brokuł got z masłem i bułką	100	Brokuł got z masłem i bułką	100
Podwieczorek	Sok warzywny	300	Sok warzywny	300	Sok warzywny	300
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		90		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny(1,7)	15	Chleb razowy	15
		15		60		60
	Chleb razowy	60	Masło(7)	60	Masło(7)	60
		60		20		100
	Masło(7)	100	Szynka drobiowa (6)		Szynka drobiowa (6)	
	Szynka drobiowa (6)		Dżem (7,9)		Ser żółty (7)	
	Ser żółty (7)		Mix sałat i kielki		Salatka ziemniaczana z ogórkiem	
	Salatka ziemniaczana z ogórkiem					
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2826 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 360 g w tym cukry 16g Sól 3,2g Błonnik 37g		KCAL: 2682 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 34g Węglowodany 338g w tym cukry 26g Sól 3g Błonnik 34g		Kcal : 2958 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 40g Węglowodany 386g w tym cukry 6g Sól 3,8g Błonnik 39g	
	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 ryżem	250	Zupa mleczna z ryżem	250	Zupa mleczna z ryżem	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100	Kawa zbożowa/herbata	100
		15		15		15
	Chleb zwykły (1,7)	30	Chleb pszenny (1,7)	30	Chleb zwykły (1,7)	30
		100		100		100
	Masło(7)	100	Masło(7)	100	Masło(7)	100
	Szynka drobiowa (6)		Szynka drobiowa (6)		Szynka drobiowa (6)	
	Jajecznica (7)		Jajecznica (7)		Jajecznica (7)	
	Salatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)		Salatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)		Salatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	
II Śniadanie	Kefir (7)	200	Kefir (7)	200	Kefir (7)	200
Obiad	Rosół z makaronem(1,7,9)	300	Rosół z makaronem(1,7,9)	300	Rosół z makaronem(1,7,9)	300
	Kotlet schabowy (1,7)	100	Filet grillowany (1,7)	100	Kotlet schabowy (1,7)	100
	Ziemniaki	150	Ziemniaki	150	Ziemniaki	150
	Brokuł got z masłem i bułką	100	Brokuł got z masłem i bułką	100	Brokuł got z masłem i bułką	100
Podwieczorek	Sok warzywny	300	Sok warzywny	300	Sok warzywny	300
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		90		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny(1,7)	15	Chleb zwykły (1,7)	35
		15		60		15
	Chleb razowy	60	Masło(7)	60	Chleb razowy	60
		60		20		60
	Masło(7)	100	Szynka drobiowa (6)		Masło(7)	100
	Szynka drobiowa (6)		Dżem (7,9)		Szynka drobiowa (6)	
	Ser żółty (7)		Mix sałat i kielki		Ser żółty (7)	
	Salatka ziemniaczana z				Salatka ziemniaczana z	

	ogórkiem				ogórkiem	
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2826 BIALKO: 129g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 360 g w tym cukry 16g Sól 3,2g Błonnik 37g		KCAL: 2682 BIALKO: 130g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 34g Węglowodany 338g w tym cukry 26g Sól 3g Błonnik 34g		KCAL: 2826 BIALKO: 129g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 360 g w tym cukry 16g Sól 3,2g Błonnik 37g	

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

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

PONIEDZIAŁEK 15.09. 2025						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość 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
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100
		15		15		15
		50		50		50
	Chleb zwykły (1,7)	30	Chleb pszenny (1,7)	30	Chleb razowy (1,7)	30
		50		50		50
	Masło(7)	20	Masło(7)	20	Masło(7)	20
	Serek kanapkowy (7)		Serek kanapkowy (7)		Serek kanapkowy (7)	
	Szynka z kurczaka		Szynka z kurczaka		Szynka z kurczaka	
	Pomidor		Pomidor		Pomidor	
	Mix sałat		Mix sałat		Mix sałat	
II Śniadanie	Drożdżówka	100	Drożdżówka	100	Salatka z warzywami i fetą	100
					Butelka wody	750
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa barszcz ukraiński G	300	Zupa barszcz G(1,7,9)	300	Zupa barszcz ukraiński	300
	Pieczeń w sosie własnym D (1,7,9)	150	Schab duszony D (1,7,9)		Pieczeń w sosie własnym (1,7,9)	
	Kasza jęczmienna G		Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna	150
	Kapusta gotowana G		Szpinak got.	150	Kapusta gotowana	150
		150		100		100
		100				
Podwieczorek	Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany naturalny	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb razowy	15
		15		100		100
	Chleb razowy	100	Masło(7)	60	Masło(7)	60
		60				
	Masło(7)		Salatka cezar (7,9)		Salatka cezar (3,7,9)	
	Salatka cezar (7,9)		Szynka gotowana 6,9)		Szynka gotowana 6,9)	
	Szynka gotowana 6,9)					
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2936 BIALKO: 122g		KCAL: 2713 BIALKO: 117g		KCAL: 2869 BIALKO: 109g	

	TŁUSZCZ;102g, w tym NKT 42g Węglowodany 401g w tym cukry 30g Sól 3,6g Błonnik 50g		TŁUSZCZ;100g, w tym NKT 40g Węglowodany 350g w tym cukry 31g Sól 3g Błonnik 42g		TŁUSZCZ;106g, w tym NKT 43g Węglowodany 394g w tym cukry 30g Sól 3,3g 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 jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250
		250		250		250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	100
		15		15		15
		50		50		50
	Chleb zwykły (1,7)	30	Chleb pszenny (1,7)	30	Chleb zwykły (1,7)	30
		50		50		50
	Masło(7)	50	Masło(7)	50	Masło(7)	50
	Serek kanapkowy (7)		Serek kanapkowy (7)		Serek kanapkowy (7)	
	Szynka z kurczaka		Szynka z kurczaka		Szynka z kurczaka	
	Pomidor		Pomidor		Pomidor	
	Mix sałat		Mix sałat		Mix sałat	
II Śniadanie	Drożdżówka	100	Drożdżówka	100	Drożdżówka	100
Obiad	Zupa barszcz ukraiński G	300	Zupa barszcz G(1,7,9)	300	Zupa barszcz ukraiński G	300
	Pieczeń w sosie własnym D (1,7,9)		Schab duszony D (1,7,9)		Pieczeń w sosie własnym D (1,7,9)	
	Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna G	150
	Kapusta gotowana G		Szpinak got.		Kapusta gotowana G	
		150		150		150
		100		100		100
Podwieczorek	Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany waniliowy	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
		100		100		100
	Chleb zwykły (1,7)	35	Chleb pszenny	15	Chleb zwykły (1,7)	35
		15		100		15
	Chleb razowy	100	Masło(7)	60	Chleb razowy	100
		60				60
	Masło(7)		Salatka cesar (7,9)		Masło(7)	
	Salatka cesar (7,9)		Szynka gotowana 6,9)		Salatka cesar (7,9)	
	Szynka gotowana 6,9)				Szynka gotowana 6,9)	
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2936 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ;102g, w tym NKT 42g Węglowodany 401g w tym cukry 30g Sól 3,6g Błonnik 50g		KCAL: 2713 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ;100g, w tym NKT 40g Węglowodany 350g w tym cukry 31g Sól 3g Błonnik 42g		KCAL: 2936 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ;102g, w tym NKT 42g Węglowodany 401g w tym cukry 30g Sól 3,6g Błonnik 50g	

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

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie!!