

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g		Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus owocowy 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Twarożek 70 g (MLE) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g
	Obiad	Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalań gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Łazanki z mięsem drobiowym gotowanym i warzywami 300 g (SEL) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalań gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Kalań gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Marchew gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Kalań gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P				Galaretka jogurtowa o smaku brzoskwiniowym 200 g (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Pasta z kurczaka 60 g Pasta warzywna 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 30 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Pasta warzywna 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2560.97 kcal; Białko ogółem: 89.10 g; Tłuszcz: 82.83 g; Kwasy tł. nasycone: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 375.67 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g; Sód: 2163.26 mg; suma cukrów prostych: 65.08 g;	Wartość energetyczna: 2482.23 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 76.64 g; Kwasy tł. nasycone: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 373.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.10 g; Sód: 2286.06 mg; suma cukrów prostych: 68.56 g;	Wartość energetyczna: 2458.47 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 75.43 g; Kwasy tł. nasycone: 29.79 g; Węglowodany ogółem: 365.81 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; Sód: 1872.84 mg; suma cukrów prostych: 57.61 g;	Wartość energetyczna: 2445.97 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kwasy tł. nasycone: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 374.92 g; Błonnik pokarmowy: 34.50 g; Sód: 1925.60 mg; suma cukrów prostych: 61.64 g;	Wartość energetyczna: 2623.74 kcal; Białko ogółem: 108.07 g; Tłuszcz: 87.78 g; Kwasy tł. nasycone: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 370.62 g; Błonnik pokarmowy: 36.60 g; Sód: 2122.15 mg; suma cukrów prostych: 75.92 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE)	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 60 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 60 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Kalańior gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami, mięsem i natką pietruszki# 400 ml (MLE, SEL)	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 250 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # bez cukru 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P				Jogurt naturalny 100 g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 30 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem (bez mleka) 60 g (JAJ) Pasta warzywna 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Płatki jaglane na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	Pn	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt			Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
		Wartość energetyczna: 2545.25 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kwasy tł. nasycone: 13.20 g; Węglowodany ogółem: 433.28 g; Błonnik pokarmowy: 40.73 g; Sód: 1764.77 mg; suma cukrów prostych: 53.03 g;	Wartość energetyczna: 1291.55 kcal; Białko ogółem: 77.29 g; Tłuszcz: 25.68 g; Kwasy tł. nasycone: 9.47 g; Węglowodany ogółem: 198.53 g; Błonnik pokarmowy: 11.89 g; Sód: 504.94 mg; suma cukrów prostych: 12.40 g;	Wartość energetyczna: 2188.86 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kwasy tł. nasycone: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 276.24 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sód: 2518.37 mg; suma cukrów prostych: 48.28 g;	Wartość energetyczna: 1842.89 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 79.14 g; Kwasy tł. nasycone: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 210.39 g; Błonnik pokarmowy: 32.61 g; Sód: 1974.85 mg; suma cukrów prostych: 43.77 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02	
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 60 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Sok pomarańczowy 100 % 200 ml 1	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Sok pomarańczowy 100 % 200 ml 1	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Sok pomarańczowy 100 % 200 ml 1	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Sok pomarańczowy 100 % 200 ml 1	
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 250 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 200 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # bez cukru 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE) Mus owocowy 100 g Nektarynka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml		Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 250 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem 200 g (GLU, MLE) Mus owocowy 100 g Nektarynka 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE) Mus owocowy 100 g Nektarynka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P	Jogurt naturalny 100 g 1 szt (MLE)	Galaretka jogurtowa o smaku brzoskwiowym 200 g (MLE)				
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Ogórek świeży 60 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Ogórek świeży 60 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)					
		Wartość energetyczna: 1403.24 kcal; Białko ogółem: 61.60 g; Tłuszcz: 50.00 g; Kwasy tł. nasycone: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 184.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.92 g; Sód: 1396.92 mg; suma cukrów prostych: 37.94 g;	Wartość energetyczna: 2466.99 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kwasy tł. nasycone: 30.60 g; Węglowodany ogółem: 397.30 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Sód: 1834.30 mg; suma cukrów prostych: 62.69 g;	Wartość energetyczna: 1977.36 kcal; Białko ogółem: 78.32 g; Tłuszcz: 36.48 g; Kwasy tł. nasycone: 18.18 g; Węglowodany ogółem: 341.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.97 g; Sód: 1325.41 mg; suma cukrów prostych: 61.22 g;	Wartość energetyczna: 1305.00 kcal; Białko ogółem: 59.26 g; Tłuszcz: 27.28 g; Kwasy tł. nasycone: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 211.98 g; Błonnik pokarmowy: 20.05 g; Sód: 1101.43 mg; suma cukrów prostych: 39.62 g;	Wartość energetyczna: 2434.16 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kwasy tł. nasycone: 30.25 g; Węglowodany ogółem: 399.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.04 g; Sód: 1721.31 mg; suma cukrów prostych: 63.65 g;	

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Sok pomarańczowy 100 % 200 ml 1	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Sok pomarańczowy 100 % 200 ml 1	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z fasoli konserwowej 70 g (SEL) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE) Mus owocowy 100 g Nektarynka 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 250 ml (MLE, SEL) Makaron z twarogiem 200 g (GLU, MLE) Mus owocowy 100 g Nektarynka 150 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z twarogiem 250 g (GLU, MLE) Mus owocowy 100 g Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos warzywny z soczewicą 150 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalań gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalań gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Galaretka jogurtowa o smaku brzoskwiowym 200 g (MLE)		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 150 ml		Galaretka jogurtowa o smaku brzoskwiowym 200 g (MLE)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Pomidor bez skórki 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Pomidor bez skórki 60 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta warzywna 30 g (SEL) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Ogórek świeży 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
		Wartość energetyczna: 2029.30 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 39.46 g; Kwasy tł. nasycone: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 346.11 g; Błonnik pokarmowy: 20.51 g; Sód: 1267.67 mg; suma cukrów prostych: 63.43 g;	Wartość energetyczna: 1348.50 kcal; Białko ogółem: 59.98 g; Tłuszcz: 29.63 g; Kwasy tł. nasycone: 15.08 g; Węglowodany ogółem: 215.65 g; Błonnik pokarmowy: 17.50 g; Sód: 1056.01 mg; suma cukrów prostych: 41.08 g;	Wartość energetyczna: 2503.37 kcal; Białko ogółem: 80.37 g; Tłuszcz: 65.79 g; Kwasy tł. nasycone: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 410.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.10 g; Sód: 1817.26 mg; suma cukrów prostych: 73.13 g;	Wartość energetyczna: 2103.78 kcal; Białko ogółem: 57.66 g; Tłuszcz: 48.69 g; Kwasy tł. nasycone: 12.91 g; Węglowodany ogółem: 369.49 g; Błonnik pokarmowy: 47.27 g; Sód: 2801.46 mg; suma cukrów prostych: 56.19 g;	Wartość energetyczna: 2611.25 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kwasy tł. nasycone: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; Sód: 2191.98 mg; suma cukrów prostych: 52.54 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g Twaróg półtłusty plastry 60 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z fasoli konserwowej 70 g (SEL) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Kalafor gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 250 g (GLU) Sos warzywny z soczewicą 150 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalafor gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalafor gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Kalafor gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Galaretką jogurtowa o smaku brzoskwiniowym 200 g (MLE)	Jogurt naturalny 100 g 1 szt (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	Galaretką jogurtowa o smaku brzoskwiniowym 200 g (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Ogórek świeży 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
	Wartość energetyczna: 2529.42 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kwasy tł. nasycone: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 359.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; Sód: 1905.09 mg; suma cukrów prostych: 44.80 g;	Wartość energetyczna: 2263.66 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 94.06 g; Kwasy tł. nasycone: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 276.31 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sód: 2519.27 mg; suma cukrów prostych: 48.34 g;	Wartość energetyczna: 2232.76 kcal; Białko ogółem: 61.04 g; Tłuszcz: 49.11 g; Kwasy tł. nasycone: 12.91 g; Węglowodany ogółem: 396.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.27 g; Sód: 2815.16 mg; suma cukrów prostych: 56.67 g;	Wartość energetyczna: 2611.25 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kwasy tł. nasycone: 35.84 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; Sód: 2191.98 mg; suma cukrów prostych: 52.54 g;	Wartość energetyczna: 2529.42 kcal; Białko ogółem: 91.45 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kwasy tł. nasycone: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 359.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; Sód: 1905.09 mg; suma cukrów prostych: 44.80 g;	

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g Twaróg półtłusty plastry 60 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 150 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 150 g (GLU) Kalańfior gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Kalańfior gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos warzywny z soczewicą 150 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalańfior gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Brokułowa z ziemniakami i natką pietruszki# 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i mięsem drobiowym 300 g (GLU) Surówka z marchwi z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Jogurt naturalny 100 g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100 g 1 szt (MLE)		Jogurt naturalny 100 g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata lodowa 10 g	Płatki jaglane na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane kl. M 2 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta warzywna 30 g (SEL) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Ogórek świeży 100 g Salata lodowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Pomidor 150 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Salata lodowa 10 g
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
		Wartość energetyczna: 2263.66 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 94.06 g; Kwasy tł. nasycone: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 276.31 g; Błonnik pokarmowy: 44.13 g; Sód: 2519.27 mg; suma cukrów prostych: 48.34 g;	Wartość energetyczna: 2234.59 kcal; Białko ogółem: 70.79 g; Tłuszcz: 62.68 g; Kwasy tł. nasycone: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.11 g; Sód: 2002.32 mg; suma cukrów prostych: 51.29 g;	Wartość energetyczna: 2557.39 kcal; Białko ogółem: 116.01 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kwasy tł. nasycone: 35.80 g; Węglowodany ogółem: 332.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sód: 2402.63 mg; suma cukrów prostych: 67.61 g;	Wartość energetyczna: 2356.13 kcal; Białko ogółem: 70.10 g; Tłuszcz: 65.39 g; Kwasy tł. nasycone: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 383.39 g; Błonnik pokarmowy: 38.01 g; Sód: 1842.41 mg; suma cukrów prostych: 65.85 g;	Wartość energetyczna: 2423.53 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kwasy tł. nasycone: 30.32 g; Węglowodany ogółem: 354.30 g; Błonnik pokarmowy: 37.65 g; Sód: 2042.49 mg; suma cukrów prostych: 52.91 g;

Wegańska D04	
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z fasoli konserwowej 100 g (SEL) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g
	Obiad Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 200 g (GLU) Sos warzywny z soczewicą 200 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi z olejem # 150 g Kalańior gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 120 g (SEZ) Ogórek świeży 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml
	Pn Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 2 szt (GLU, ORZ, SEZ)
	Wartość energetyczna: 2267.06 kcal; Białko ogółem: 66.14 g; Tłuszcz: 57.14 g; Kwasy tł. nasycone: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 380.80 g; Błonnik pokarmowy: 53.23 g; Sód: 3328.91 mg; suma cukrów prostych: 55.10 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g		Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (JAJ) Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P				Kisiel o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Dynia gotowana 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Dynia gotowana 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2314.08 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kwasy tł. nasycone: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 346.79 g; Błonnik pokarmowy: 35.86 g; Sód: 1851.33 mg; suma cukrów prostych: 92.03 g;	Wartość energetyczna: 2337.42 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kwasy tł. nasycone: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 348.28 g; Błonnik pokarmowy: 36.41 g; Sód: 1917.48 mg; suma cukrów prostych: 93.85 g;	Wartość energetyczna: 2279.72 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kwasy tł. nasycone: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 344.40 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; Sód: 1809.42 mg; suma cukrów prostych: 89.27 g;	Wartość energetyczna: 2452.56 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 60.79 g; Kwasy tł. nasycone: 25.71 g; Węglowodany ogółem: 387.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.06 g; Sód: 1862.92 mg; suma cukrów prostych: 90.96 g;	Wartość energetyczna: 2607.60 kcal; Białko ogółem: 108.60 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kwasy tł. nasycone: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 355.38 g; Błonnik pokarmowy: 28.97 g; Sód: 1799.80 mg; suma cukrów prostych: 82.38 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z kurczaka 50 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150 g	Ryż na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Kiwi 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Kiwi 150	
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami i mięsem # 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 130 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P				Sok pomidorowy 200 ml kubek 1	
	Kolacja	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Dynia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2134.06 kcal; Białko ogółem: 83.61 g; Tłuszcz: 55.38 g; Kwasy tł. nasycone: 10.40 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; Sód: 1621.12 mg; suma cukrów prostych: 55.68 g;	Wartość energetyczna: 1352.41 kcal; Białko ogółem: 79.45 g; Tłuszcz: 24.26 g; Kwasy tł. nasycone: 9.46 g; Węglowodany ogółem: 213.62 g; Błonnik pokarmowy: 10.33 g; Sód: 5.93 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2062.85 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kwasy tł. nasycone: 30.50 g; Węglowodany ogółem: 286.07 g; Błonnik pokarmowy: 45.47 g; Sód: 2038.19 mg; suma cukrów prostych: 50.01 g;	Wartość energetyczna: 1742.58 kcal; Białko ogółem: 81.24 g; Tłuszcz: 60.83 g; Kwasy tł. nasycone: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 218.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g; Sód: 1456.94 mg; suma cukrów prostych: 46.49 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Kiwi 100	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 30 Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Banan 100	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 100 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny 30 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 130 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny 30 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Sok pomidorowy 200 ml kubek 1	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 (MLE)			
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 60 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 30 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 60 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1259.71 kcal; Białko ogółem: 50.55 g; Tłuszcz: 41.03 g; Kwasy tł. nasycone: 18.29 g; Węglowodany ogółem: 180.90 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; Sód: 1157.61 mg; suma cukrów prostych: 34.80 g;	Wartość energetyczna: 2367.01 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 64.17 g; Kwasy tł. nasycone: 32.37 g; Węglowodany ogółem: 355.94 g; Błonnik pokarmowy: 35.21 g; Sód: 1872.96 mg; suma cukrów prostych: 96.84 g;	Wartość energetyczna: 1669.08 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 38.22 g; Kwasy tł. nasycone: 19.01 g; Węglowodany ogółem: 255.97 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; Sód: 1188.15 mg; suma cukrów prostych: 87.08 g;	Wartość energetyczna: 1209.63 kcal; Białko ogółem: 48.84 g; Tłuszcz: 31.21 g; Kwasy tł. nasycone: 13.38 g; Węglowodany ogółem: 193.97 g; Błonnik pokarmowy: 21.66 g; Sód: 993.62 mg; suma cukrów prostych: 54.65 g;	Wartość energetyczna: 2338.73 kcal; Białko ogółem: 95.90 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kwasy tł. nasycone: 32.53 g; Węglowodany ogółem: 349.70 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; Sód: 1831.73 mg; suma cukrów prostych: 94.22 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 30 Salata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Banan 100	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z olejem 60 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy z olejem 100 g Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 130 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 100 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny 30 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kaszotto gryczano-jęczmienne z warzywami i tofu 250 g (GLU, SOJ, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kaszotto gryczano-jęczmienne z warzywami i tofu 250 g (GLU, SOJ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 (MLE)			Sok pomidorowy 200 ml kubek 1	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 (MLE)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 30 g (RYB, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Pomidor bez skórki 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 50 g (RYB, SEL) Pomidor bez skórki 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Salatka z ciecierzycą, salata, pomidorami i ogórkiem i nasionami słonecznika 120 g Rzodkiewka 100 g Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1688.22 kcal; Białko ogółem: 75.74 g; Tłuszcz: 41.01 g; Kwasy tł. nasycone: 17.90 g; Węglowodany ogółem: 252.92 g; Błonnik pokarmowy: 22.89 g; Sód: 1160.78 mg; suma cukrów prostych: 85.72 g;	Wartość energetyczna: 1217.77 kcal; Białko ogółem: 48.61 g; Tłuszcz: 32.09 g; Kwasy tł. nasycone: 13.66 g; Węglowodany ogółem: 192.64 g; Błonnik pokarmowy: 18.33 g; Sód: 972.04 mg; suma cukrów prostych: 53.90 g;	Wartość energetyczna: 2508.42 kcal; Białko ogółem: 92.25 g; Tłuszcz: 89.13 g; Kwasy tł. nasycone: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 384.09 g; Błonnik pokarmowy: 43.41 g; Sód: 1986.67 mg; suma cukrów prostych: 98.69 g;	Wartość energetyczna: 2195.39 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz: 39.93 g; Kwasy tł. nasycone: 6.64 g; Węglowodany ogółem: 398.85 g; Błonnik pokarmowy: 47.50 g; Sód: 1243.14 mg; suma cukrów prostych: 77.25 g;	Wartość energetyczna: 2506.33 kcal; Białko ogółem: 104.96 g; Tłuszcz: 76.26 g; Kwasy tł. nasycone: 38.25 g; Węglowodany ogółem: 357.28 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Sód: 2083.86 mg; suma cukrów prostych: 83.60 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Kiwi 150	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy z olejem 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 250 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kaszotto gryczano-jęczmienne z warzywami i tofu 250 g (GLU, SOJ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 250 g Szynka wieprzowa gotowana 120 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 250 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 (MLE)	Sok pomidorowy 200 ml kubek 1		Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka z ciecierzycą, sałatą, pomidorami i ogórkiem i nasionami słonecznika 120 g Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2498.38 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kwasy tł. nasycone: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; Sód: 2067.88 mg; suma cukrów prostych: 82.58 g;	Wartość energetyczna: 2227.95 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kwasy tł. nasycone: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; Błonnik pokarmowy: 47.02 g; Sód: 2176.38 mg; suma cukrów prostych: 50.26 g;	Wartość energetyczna: 2195.39 kcal; Białko ogółem: 79.31 g; Tłuszcz: 39.93 g; Kwasy tł. nasycone: 6.64 g; Węglowodany ogółem: 398.85 g; Błonnik pokarmowy: 47.50 g; Sód: 1243.14 mg; suma cukrów prostych: 77.25 g;	Wartość energetyczna: 2533.21 kcal; Białko ogółem: 109.46 g; Tłuszcz: 77.25 g; Kwasy tł. nasycone: 38.67 g; Węglowodany ogółem: 357.28 g; Błonnik pokarmowy: 37.41 g; Sód: 2103.60 mg; suma cukrów prostych: 83.60 g;	Wartość energetyczna: 2498.38 kcal; Białko ogółem: 98.39 g; Tłuszcz: 76.30 g; Kwasy tł. nasycone: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 359.49 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; Sód: 2067.88 mg; suma cukrów prostych: 82.58 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Kiwi 150	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Serek homogenizowany naturalny z ziołami 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z olejem 60 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 150 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Kiwi 150
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 50 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kaszotto gryczano-jęczmienne z warzywami i tofu 250 g (GLU, SOJ, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem i marchewką z olejem # 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Sok pomidorowy 200 ml kubek 1		Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 (MLE)		Sok pomidorowy 200 ml kubek 1
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami i kon. pomidorowym 100 g (RYB, SEL) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2227.95 kcal; Białko ogółem: 93.54 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kwasy tł. nasycone: 36.12 g; Węglowodany ogółem: 304.34 g; Błonnik pokarmowy: 47.02 g; Sód: 2176.38 mg; suma cukrów prostych: 50.26 g;	Wartość energetyczna: 2011.38 kcal; Białko ogółem: 64.46 g; Tłuszcz: 49.53 g; Kwasy tł. nasycone: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 332.33 g; Błonnik pokarmowy: 28.14 g; Sód: 1616.43 mg; suma cukrów prostych: 73.31 g;	Wartość energetyczna: 2649.88 kcal; Białko ogółem: 116.35 g; Tłuszcz: 72.56 g; Kwasy tł. nasycone: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sód: 2383.66 mg; suma cukrów prostych: 107.67 g;	Wartość energetyczna: 2417.02 kcal; Białko ogółem: 85.85 g; Tłuszcz: 85.32 g; Kwasy tł. nasycone: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 375.27 g; Błonnik pokarmowy: 41.36 g; Sód: 1885.87 mg; suma cukrów prostych: 92.85 g;	Wartość energetyczna: 2015.60 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 60.47 g; Kwasy tł. nasycone: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 286.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g; Sód: 1853.75 mg; suma cukrów prostych: 51.18 g;

Wegańska D04	
2026-08-04 wtorek	Śniadanie
	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy z olejem 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g
	Obiad
	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kaszotto gryczano-jęczmienne z warzywami i tofu 250 g (GLU, SOJ, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P
	Kolacja
	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka z ciecierzycą, sałatą, pomidorami i ogórkiem i nasionami słonecznika 120 g Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn
	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2157.39 kcal; Białko ogółem: 77.71 g; Tłuszcz: 38.93 g; Kwasy tł. nasycone: 6.44 g; Węglowodany ogółem: 392.45 g; Błonnik pokarmowy: 47.50 g; Sód: 1243.14 mg; suma cukrów prostych: 77.25 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150 g		Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 40 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Mus owocowy 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Mus mango-jabłko 150 g
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Łopatka wieprzowa pieczona b/k 100 g Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P					Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)
	Kolacja	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml				Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Pasta warzywna 60 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml
	Ph	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2300.92 kcal; Białko ogółem: 83.60 g; Tłuszcz: 75.80 g; Kwasy tł. nasycone: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 333.78 g; Błonnik pokarmowy: 36.98 g; Sód: 2190.83 mg; suma cukrów prostych: 81.69 g;	Wartość energetyczna: 2250.08 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 71.23 g; Kwasy tł. nasycone: 26.38 g; Węglowodany ogółem: 325.77 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sód: 1760.91 mg; suma cukrów prostych: 82.62 g;	Wartość energetyczna: 2083.97 kcal; Białko ogółem: 78.89 g; Tłuszcz: 53.30 g; Kwasy tł. nasycone: 21.73 g; Węglowodany ogółem: 334.13 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sód: 1717.58 mg; suma cukrów prostych: 78.91 g;	Wartość energetyczna: 2279.19 kcal; Białko ogółem: 89.03 g; Tłuszcz: 53.12 g; Kwasy tł. nasycone: 23.64 g; Węglowodany ogółem: 363.62 g; Błonnik pokarmowy: 33.70 g; Sód: 1846.13 mg; suma cukrów prostych: 86.45 g;	Wartość energetyczna: 2562.67 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kwasy tł. nasycone: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 366.14 g; Błonnik pokarmowy: 28.92 g; Sód: 1825.29 mg; suma cukrów prostych: 71.60 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Pasta z jaj z koperkiem (bez mleka) 60 g (JAJ) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150 g	Płatki owsiane na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Żrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy (bez mleka) 80 ml (GLU, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami, mięsem i natką pietruszki # 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Szczawiowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P				Sałatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)	
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Pasta warzywna 60 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 60 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 60 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	
	Pn	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt			Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
	Wartość energetyczna: 2231.66 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 61.42 g; Kwasy tł. nasycone: 13.87 g; Węglowodany ogółem: 346.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; Sód: 1490.43 mg; suma cukrów prostych: 51.22 g;		Wartość energetyczna: 1428.53 kcal; Białko ogółem: 78.84 g; Tłuszcz: 28.18 g; Kwasy tł. nasycone: 9.71 g; Węglowodany ogółem: 222.82 g; Błonnik pokarmowy: 14.58 g; Sód: 5.92 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2230.00 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 96.68 g; Kwasy tł. nasycone: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 273.67 g; Błonnik pokarmowy: 44.39 g; Sód: 2703.48 mg; suma cukrów prostych: 46.80 g;	Wartość energetyczna: 1927.60 kcal; Białko ogółem: 74.08 g; Tłuszcz: 93.12 g; Kwasy tł. nasycone: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 208.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.51 g; Sód: 2197.49 mg; suma cukrów prostych: 42.43 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02	
2026-08-05 środa	Śniadanie	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 100	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 60 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE) Arbuz 100	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szczawiowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P	Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)			Budyń o smaku waniliowym 150 g (MLE)	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 50 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 60 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml			Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 150 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa bez cukru 200 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml
	Pn	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)					Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)
		Wartość energetyczna: 1482.72 kcal; Białko ogółem: 51.78 g; Tłuszcz: 70.05 g; Kwasy tł. nasycone: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 169.67 g; Błonnik pokarmowy: 28.69 g; Sód: 1638.16 mg; suma cukrów prostych: 31.52 g;	Wartość energetyczna: 2435.07 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 80.14 g; Kwasy tł. nasycone: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 352.37 g; Błonnik pokarmowy: 37.00 g; Sód: 2282.68 mg; suma cukrów prostych: 96.68 g;	Wartość energetyczna: 1896.38 kcal; Białko ogółem: 76.45 g; Tłuszcz: 55.37 g; Kwasy tł. nasycone: 18.98 g; Węglowodany ogółem: 282.07 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g; Sód: 1372.53 mg; suma cukrów prostych: 81.63 g;	Wartość energetyczna: 1363.85 kcal; Białko ogółem: 53.99 g; Tłuszcz: 43.77 g; Kwasy tł. nasycone: 14.09 g; Węglowodany ogółem: 195.84 g; Błonnik pokarmowy: 22.56 g; Sód: 919.01 mg; suma cukrów prostych: 51.73 g;	Wartość energetyczna: 2218.12 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 57.64 g; Kwasy tł. nasycone: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 352.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.80 g; Sód: 1809.43 mg; suma cukrów prostych: 93.90 g;	

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE) Arbuz 100	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 40 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Zrazik drobiowy gotowany 50 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 30 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Szczawiowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet z kalafiora i kaszy jaglanej 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka wielowarzynna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlety z brokuła (bez jaj) 100 g (GLU) Sos jarzynowy (bez mleka) 100 ml (GLU, SEL) Surówka wielowarzynna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Surówka wielowarzynna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)	Budyń o smaku waniliowym 150 g (MLE)	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)	Budyń o smaku waniliowym na napoju sojowym 200 g (SOJ)	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)
	Kolacja	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 200 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa bez cukru 200 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Ryż gotowany na wodzie zapiekany z jabłkami 250 g Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa bez cukru 250 ml
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		
		Wartość energetyczna: 1900.03 kcal; Białko ogółem: 79.28 g; Tłuszcz: 46.18 g; Kwasy tł. nasycone: 17.64 g; Węglowodany ogółem: 303.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.08 g; Sód: 1504.52 mg; suma cukrów prostych: 90.05 g;	Wartość energetyczna: 1377.78 kcal; Białko ogółem: 53.00 g; Tłuszcz: 35.20 g; Kwasy tł. nasycone: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 220.30 g; Błonnik pokarmowy: 19.32 g; Sód: 1020.03 mg; suma cukrów prostych: 54.78 g;	Wartość energetyczna: 2542.84 kcal; Białko ogółem: 79.14 g; Tłuszcz: 93.02 g; Kwasy tł. nasycone: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 363.52 g; Błonnik pokarmowy: 39.44 g; Sód: 2139.24 mg; suma cukrów prostych: 98.53 g;	Wartość energetyczna: 2191.41 kcal; Białko ogółem: 59.68 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kwasy tł. nasycone: 14.48 g; Węglowodany ogółem: 355.01 g; Błonnik pokarmowy: 42.36 g; Sód: 1735.10 mg; suma cukrów prostych: 70.04 g;	Wartość energetyczna: 2497.50 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 84.17 g; Kwasy tł. nasycone: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 358.12 g; Błonnik pokarmowy: 38.74 g; Sód: 1905.90 mg; suma cukrów prostych: 82.62 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Masłanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlety z brokuła (bez jaj) 100 g (GLU) Sos jarzynowy (bez mleka) 100 ml (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)	Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)	Budyń o smaku waniliowym 200 g (MLE)		
	Kolacja	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śmietankowy 60 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Salata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Ryż gotowany na wodzie zapiekany z jabłkami 250 g Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa bez cukru 250 ml	
	☞	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)			Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)
		Wartość energetyczna: 2254.72 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kwasy tł. nasycone: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sód: 1829.18 mg; suma cukrów prostych: 79.54 g;	Wartość energetyczna: 2389.68 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 104.83 g; Kwasy tł. nasycone: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; Błonnik pokarmowy: 46.13 g; Sód: 2327.30 mg; suma cukrów prostych: 47.75 g;	Wartość energetyczna: 2266.46 kcal; Białko ogółem: 61.99 g; Tłuszcz: 64.34 g; Kwasy tł. nasycone: 15.81 g; Węglowodany ogółem: 372.56 g; Błonnik pokarmowy: 42.46 g; Sód: 1846.20 mg; suma cukrów prostych: 80.62 g;	Wartość energetyczna: 2467.43 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 83.87 g; Kwasy tł. nasycone: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; Błonnik pokarmowy: 37.85 g; Sód: 1925.25 mg; suma cukrów prostych: 83.29 g;	Wartość energetyczna: 2254.72 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 61.85 g; Kwasy tł. nasycone: 26.59 g; Węglowodany ogółem: 351.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g; Sód: 1829.18 mg; suma cukrów prostych: 79.54 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-05 środa	Śniadanie	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 40 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Arbuz 150 g	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 150 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Arbuz 150
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml		Szczawiowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet z kalafiora i kaszy jaglanej 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 100 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Marchew w kostce z groszkiem oprószana 100 g (GLU, MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Zrazik drobiowy gotowany 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)		Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE)		Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek śmietankowy 60 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Salata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Ryż gotowany na wodzie zapiekany z jabłkami 250 g Mus owocowy 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Ryż gotowany na mleku zapiekany z jabłkami 250 g (MLE) Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 60 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Papryka świeża 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml
	Pr	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
		Wartość energetyczna: 2389.68 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 104.83 g; Kwasy tł. nasycone: 43.91 g; Węglowodany ogółem: 294.43 g; Błonnik pokarmowy: 46.13 g; Sód: 2327.30 mg; suma cukrów prostych: 47.75 g;	Wartość energetyczna: 2248.80 kcal; Białko ogółem: 60.84 g; Tłuszcz: 43.67 g; Kwasy tł. nasycone: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 414.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.57 g; Sód: 1334.82 mg; suma cukrów prostych: 68.83 g;	Wartość energetyczna: 2404.57 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kwasy tł. nasycone: 25.43 g; Węglowodany ogółem: 384.03 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g; Sód: 1871.19 mg; suma cukrów prostych: 88.91 g;	Wartość energetyczna: 2408.69 kcal; Białko ogółem: 71.74 g; Tłuszcz: 88.68 g; Kwasy tł. nasycone: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; Błonnik pokarmowy: 39.42 g; Sód: 2047.39 mg; suma cukrów prostych: 83.54 g;	Wartość energetyczna: 2160.56 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 82.97 g; Kwasy tł. nasycone: 37.98 g; Węglowodany ogółem: 279.35 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; Sód: 2181.99 mg; suma cukrów prostych: 47.69 g;

		Wegańska D04	
2026-08-05 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 150 g (SEZ) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlety z brokuła (bez jaj) 150 g (GLU) Sos jarzynowy (bez mleka) 100 ml (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P		
	Kolacja	Ryż gotowany na wodzie zapiekany z jabłkami 300 g Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g, 1 szt (SOJ) Herbata owocowa z cukrem 250 ml Deser sojowy o smaku waniliowym 125 g 1 szt (SOJ)	
	P	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
		Wartość energetyczna: 2455.25 kcal; Białko ogółem: 63.17 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kwasy tł. nasycone: 18.56 g; Węglowodany ogółem: 385.47 g; Błonnik pokarmowy: 44.24 g; Sód: 2097.33 mg; suma cukrów prostych: 67.75 g;	

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g		Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Mix салат 20 g Dynia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Dynia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Bigos z kapusty mieszanej z kielbasą 300 g (GLU) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g	
	P				Kefir 150 g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszen 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Pasta warzywna z brokulem 50 g (SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2436.88 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 78.87 g; Kwasy tł. nasycone: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 353.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.58 g; Sód: 2072.30 mg; suma cukrów prostych: 65.11 g;	Wartość energetyczna: 2385.01 kcal; Białko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 79.99 g; Kwasy tł. nasycone: 35.31 g; Węglowodany ogółem: 335.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.17 g; Sód: 2330.87 mg; suma cukrów prostych: 73.57 g;	Wartość energetyczna: 2241.48 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 69.10 g; Kwasy tł. nasycone: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 328.89 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; Sód: 1615.03 mg; suma cukrów prostych: 63.83 g;	Wartość energetyczna: 2288.76 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kwasy tł. nasycone: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.39 g; Sód: 1635.23 mg; suma cukrów prostych: 59.31 g;	Wartość energetyczna: 2587.95 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kwasy tł. nasycone: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 405.06 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; Sód: 1658.88 mg; suma cukrów prostych: 65.39 g;

9- Papkowata bezmleczna D11/ML		11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 400 g (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Dyńa gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	Makaron na mleku wzmocnione 400 g (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g	Ziemniaczana z mięsem i natką pietruszki# 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 150 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P			Kefir 150 g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta warzywna z brokułem 50 g (SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku wzmocniona 400 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt			
Wartość energetyczna: 2664.52 kcal; Białko ogółem: 75.18 g; Tłuszcz: 47.03 g; Kwasy tł. nasycone: 10.65 g; Węglowodany ogółem: 498.47 g; Błonnik pokarmowy: 39.30 g; Sód: 1410.53 mg; suma cukrów prostych: 44.37 g;		Wartość energetyczna: 1502.18 kcal; Białko ogółem: 81.46 g; Tłuszcz: 23.71 g; Kwasy tł. nasycone: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 250.18 g; Błonnik pokarmowy: 11.11 g; Sód: 5.63 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2236.19 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 78.89 g; Kwasy tł. nasycone: 34.75 g; Węglowodany ogółem: 309.65 g; Błonnik pokarmowy: 44.46 g; Sód: 2085.36 mg; suma cukrów prostych: 49.41 g;	Wartość energetyczna: 1932.21 kcal; Białko ogółem: 80.39 g; Tłuszcz: 75.28 g; Kwasy tł. nasycone: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 243.80 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g; Sód: 1565.11 mg; suma cukrów prostych: 44.94 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 690 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 200 g (GLU, MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 200 g (GLU, MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Melon 100	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 250 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 50 g (JAJ) Sos pomidorowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 200 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Gołąbki bez zawijania pieczone 50 g (JAJ) Sos pomidorowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)				
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 30 g (GLU, JAJ) Sałatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 60 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Sałatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 50 g (GLU, JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Paszтет z soczewicy 20 g (GLU, JAJ) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1546.91 kcal; Białko ogółem: 61.48 g; Tłuszcz: 52.88 g; Kwasy tł. nasycone: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 215.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.45 g; Sód: 1382.42 mg; suma cukrów prostych: 49.11 g;	Wartość energetyczna: 2506.88 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 81.67 g; Kwasy tł. nasycone: 34.72 g; Węglowodany ogółem: 360.20 g; Błonnik pokarmowy: 38.58 g; Sód: 2125.50 mg; suma cukrów prostych: 70.85 g;	Wartość energetyczna: 1912.54 kcal; Białko ogółem: 83.54 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kwasy tł. nasycone: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 273.91 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sód: 1576.77 mg; suma cukrów prostych: 61.81 g;	Wartość energetyczna: 1272.08 kcal; Białko ogółem: 51.14 g; Tłuszcz: 38.01 g; Kwasy tł. nasycone: 15.67 g; Węglowodany ogółem: 188.13 g; Błonnik pokarmowy: 21.60 g; Sód: 1117.67 mg; suma cukrów prostych: 33.98 g;	Wartość energetyczna: 2311.48 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kwasy tł. nasycone: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 335.47 g; Błonnik pokarmowy: 27.97 g; Sód: 1668.23 mg; suma cukrów prostych: 69.57 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Makaron na mleku 200 g (GLU, MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 200 g (GLU, MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Melon 100	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pasta warzywna z soczewicą 50 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na wywarze jarzynowym 40 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 100 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150
	Obiad	Ziemiaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemiaczana z natką pietruszki# 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Gołąbki bez zawijania pieczone 50 g (JAJ) Sos pomidorowy 30 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Risotto z warzywami i fasolą 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemiaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Risotto z warzywami i fasolą 300 g (SEL) Sos pomidorowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)			Kisiel o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 ml	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Mieszaneczka studencka 20 g (OZI, ORZ)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 20 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 20 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy 60 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1748.28 kcal; Białko ogółem: 78.81 g; Tłuszcz: 51.30 g; Kwasy tł. nasycone: 21.80 g; Węglowodany ogółem: 253.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g; Sód: 1149.33 mg; suma cukrów prostych: 62.63 g;	Wartość energetyczna: 1179.59 kcal; Białko ogółem: 49.96 g; Tłuszcz: 34.19 g; Kwasy tł. nasycone: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 174.38 g; Błonnik pokarmowy: 14.92 g; Sód: 780.96 mg; suma cukrów prostych: 31.31 g;	Wartość energetyczna: 2466.61 kcal; Białko ogółem: 86.56 g; Tłuszcz: 81.00 g; Kwasy tł. nasycone: 33.52 g; Węglowodany ogółem: 362.98 g; Błonnik pokarmowy: 41.43 g; Sód: 2129.87 mg; suma cukrów prostych: 68.84 g;	Wartość energetyczna: 2000.75 kcal; Białko ogółem: 51.22 g; Tłuszcz: 39.95 g; Kwasy tł. nasycone: 5.11 g; Węglowodany ogółem: 371.44 g; Błonnik pokarmowy: 42.24 g; Sód: 1791.78 mg; suma cukrów prostych: 54.58 g;	Wartość energetyczna: 2673.92 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 96.35 g; Kwasy tł. nasycone: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; Sód: 2148.12 mg; suma cukrów prostych: 55.91 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Makaron na wywarze jarzynowym 40 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 100 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Risotto z warzywami i fasolą 300 g (SEL) Sos pomidorowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)		Kisiel o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 ml	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Mieszanka studencka 20 g (OZI, ORZ)	Kefir 150 g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy 60 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2423.64 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kwasy tł. nasycone: 39.86 g; Węglowodany ogółem: 339.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; Sód: 1738.95 mg; suma cukrów prostych: 58.44 g;	Wartość energetyczna: 2394.56 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kwasy tł. nasycone: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Błonnik pokarmowy: 44.72 g; Sód: 2105.47 mg; suma cukrów prostych: 48.15 g;	Wartość energetyczna: 2000.75 kcal; Białko ogółem: 51.22 g; Tłuszcz: 39.95 g; Kwasy tł. nasycone: 5.11 g; Węglowodany ogółem: 371.44 g; Błonnik pokarmowy: 42.24 g; Sód: 1791.78 mg; suma cukrów prostych: 54.58 g;	Wartość energetyczna: 2673.92 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 96.35 g; Kwasy tł. nasycone: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 364.22 g; Błonnik pokarmowy: 40.82 g; Sód: 2148.12 mg; suma cukrów prostych: 55.91 g;	Wartość energetyczna: 2423.64 kcal; Białko ogółem: 96.64 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kwasy tł. nasycone: 39.86 g; Węglowodany ogółem: 339.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.50 g; Sód: 1738.95 mg; suma cukrów prostych: 58.44 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twarożek z koperkiem 30 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pasta warzywna z soczewicą 50 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150 g
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Gołąbki bez zawijania z kapustą pieczone 100 g (JAJ) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania pieczone 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gołąbki bez zawijania pieczone 200 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 350 g (GLU, MLE, SEL) Risotto z warzywami i fasolą 300 g (SEL) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Gołąbki bez zawijania pieczone 100 g (JAJ) Sos pomidorowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)		Kefir 150 g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Paszтет z soczewicy 60 g (GLU, JAJ) Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 50 g Salatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 150 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2394.56 kcal; Białko ogółem: 91.48 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kwasy tł. nasycone: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 325.36 g; Błonnik pokarmowy: 44.72 g; Sód: 2105.47 mg; suma cukrów prostych: 48.15 g;	Wartość energetyczna: 2391.62 kcal; Białko ogółem: 68.89 g; Tłuszcz: 61.45 g; Kwasy tł. nasycone: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 403.00 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sód: 1532.86 mg; suma cukrów prostych: 56.73 g;	Wartość energetyczna: 2828.14 kcal; Białko ogółem: 118.58 g; Tłuszcz: 81.09 g; Kwasy tł. nasycone: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 423.30 g; Błonnik pokarmowy: 30.54 g; Sód: 1809.01 mg; suma cukrów prostych: 79.87 g;	Wartość energetyczna: 2396.61 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kwasy tł. nasycone: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 356.40 g; Błonnik pokarmowy: 41.43 g; Sód: 2076.67 mg; suma cukrów prostych: 63.10 g;	Wartość energetyczna: 2245.16 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 70.90 g; Kwasy tł. nasycone: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; Błonnik pokarmowy: 35.38 g; Sód: 1836.58 mg; suma cukrów prostych: 50.49 g;

		Wegańska D04	
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Makaron na wywarze jarzynowym 40 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 150 g (SEL) Mix salat 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Risotto z warzywami i fasolą 350 g (SEL) Sos pomidorowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy 120 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałatka z pomidora, cebuli i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2106.99 kcal; Białko ogółem: 61.66 g; Tłuszcz: 50.14 g; Kwasy tł. nasycone: 5.92 g; Węglowodany ogółem: 366.40 g; Błonnik pokarmowy: 47.14 g; Sód: 1898.17 mg; suma cukrów prostych: 54.96 g;	

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11	
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150 g		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Marchew gotowana 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko pieczone 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twarożek 70 g (MLE) Marchew gotowana 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g	
	Obiad	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml			
	P				Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 40 g (MLE) Serek śmietankowy 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)			Wafle ryżowe 30 g		Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2753.95 kcal; Białko ogółem: 92.72 g; Tłuszcz: 92.52 g; Kwasy tł. nasycone: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 406.29 g; Błonnik pokarmowy: 44.50 g; Sód: 2287.00 mg; suma cukrów prostych: 82.92 g;	Wartość energetyczna: 2642.75 kcal; Białko ogółem: 97.49 g; Tłuszcz: 85.00 g; Kwasy tł. nasycone: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 389.45 g; Błonnik pokarmowy: 43.35 g; Sód: 2215.95 mg; suma cukrów prostych: 82.85 g;	Wartość energetyczna: 2359.15 kcal; Białko ogółem: 92.59 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kwasy tł. nasycone: 32.72 g; Węglowodany ogółem: 342.32 g; Błonnik pokarmowy: 28.22 g; Sód: 2024.55 mg; suma cukrów prostych: 70.54 g;	Wartość energetyczna: 2534.92 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 76.29 g; Kwasy tł. nasycone: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 383.67 g; Błonnik pokarmowy: 31.55 g; Sód: 2572.03 mg; suma cukrów prostych: 94.45 g;	Wartość energetyczna: 2864.20 kcal; Białko ogółem: 108.45 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kwasy tł. nasycone: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 431.14 g; Błonnik pokarmowy: 33.57 g; Sód: 2259.47 mg; suma cukrów prostych: 76.13 g;		

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Marchew gotowana 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g	Płatki jęczmienne na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 40 g Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko 150		Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 40 g Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Dyniowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem, mięsem i ziemniakami # 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml		Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g		Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g
	Kolacja	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem (bez mleka) 100 g (JAJ) Cukinia pieczona z olejem 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt		Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g		
		Wartość energetyczna: 2556.46 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kwasy tł. nasycone: 16.26 g; Węglowodany ogółem: 407.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.65 g; Sód: 1866.65 mg; suma cukrów prostych: 59.65 g;	Wartość energetyczna: 1615.76 kcal; Białko ogółem: 86.20 g; Tłuszcz: 27.81 g; Kwasy tł. nasycone: 9.86 g; Węglowodany ogółem: 268.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.80 g; Sód: 211.31 mg; suma cukrów prostych: 10.11 g;	Wartość energetyczna: 2300.17 kcal; Białko ogółem: 98.43 g; Tłuszcz: 89.54 g; Kwasy tł. nasycone: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 296.54 g; Błonnik pokarmowy: 48.20 g; Sód: 2058.26 mg; suma cukrów prostych: 52.74 g;	Wartość energetyczna: 1963.80 kcal; Białko ogółem: 89.82 g; Tłuszcz: 84.80 g; Kwasy tł. nasycone: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 226.04 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; Sód: 1522.79 mg; suma cukrów prostych: 47.71 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko 100	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml Jabłko 100	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet rybny pieczony 50 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Szpinak gotowany z olejem 150 g Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Pulpet rybny pieczony 80 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z czerwonej kapusty gotowanej z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Pulpet rybny pieczony 50 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka z czerwonej kapusty gotowanej z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)		Koktajl bananowy z cukrem 150 (MLE)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 50 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Pomidor bez skórki 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Pomidor 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)			Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 1480.83 kcal; Białko ogółem: 67.82 g; Tłuszcz: 63.37 g; Kwasy tł. nasycone: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 171.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.76 g; Sód: 1190.34 mg; suma cukrów prostych: 34.11 g;	Wartość energetyczna: 2898.91 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 97.01 g; Kwasy tł. nasycone: 36.65 g; Węglowodany ogółem: 423.17 g; Błonnik pokarmowy: 45.12 g; Sód: 2025.02 mg; suma cukrów prostych: 106.34 g;	Wartość energetyczna: 2101.91 kcal; Białko ogółem: 69.38 g; Tłuszcz: 57.09 g; Kwasy tł. nasycone: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 327.94 g; Błonnik pokarmowy: 29.61 g; Sód: 1268.31 mg; suma cukrów prostych: 91.57 g;	Wartość energetyczna: 1733.65 kcal; Białko ogółem: 55.52 g; Tłuszcz: 48.90 g; Kwasy tł. nasycone: 20.25 g; Węglowodany ogółem: 265.85 g; Błonnik pokarmowy: 24.80 g; Sód: 1028.21 mg; suma cukrów prostych: 55.28 g;	Wartość energetyczna: 2469.55 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 77.32 g; Kwasy tł. nasycone: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 356.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Sód: 1757.05 mg; suma cukrów prostych: 92.73 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml Jabłko 100	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Rogal maślany 80 g (GLU, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus z ciecierzycy 100 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Pulpet rybny pieczony 80 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Pulpet rybny pieczony 50 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 30 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą 150 g (GLU, SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)	Koktajl bananowy z cukrem 150 (MLE)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)	Koktajl bananowy na napoju sojowym z cukrem 200 ml (SOJ)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Pomidor bez skórki 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Pomidor bez skórki 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 100 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe 30 g		Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 30 g	Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)
		Wartość energetyczna: 1771.36 kcal; Białko ogółem: 65.86 g; Tłuszcz: 46.94 g; Kwasy tł. nasycone: 18.83 g; Węglowodany ogółem: 272.20 g; Błonnik pokarmowy: 20.90 g; Sód: 1031.17 mg; suma cukrów prostych: 83.78 g;	Wartość energetyczna: 1430.26 kcal; Białko ogółem: 52.91 g; Tłuszcz: 38.78 g; Kwasy tł. nasycone: 15.72 g; Węglowodany ogółem: 216.59 g; Błonnik pokarmowy: 17.52 g; Sód: 840.24 mg; suma cukrów prostych: 48.64 g;	Wartość energetyczna: 2908.61 kcal; Białko ogółem: 121.47 g; Tłuszcz: 82.73 g; Kwasy tł. nasycone: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 421.53 g; Błonnik pokarmowy: 54.63 g; Sód: 1750.48 mg; suma cukrów prostych: 105.00 g;	Wartość energetyczna: 2210.49 kcal; Białko ogółem: 64.94 g; Tłuszcz: 47.22 g; Kwasy tł. nasycone: 6.12 g; Węglowodany ogółem: 400.78 g; Błonnik pokarmowy: 58.69 g; Sód: 2290.32 mg; suma cukrów prostych: 87.40 g;	Wartość energetyczna: 2996.74 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 103.80 g; Kwasy tł. nasycone: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 436.69 g; Błonnik pokarmowy: 46.69 g; Sód: 2373.44 mg; suma cukrów prostych: 96.87 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus z ciecierzycy 100 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Gulasz warzywny z ciecierzycą 150 g (GLU, SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g	Koktajl bananowy na napoju sojowym z cukrem 200 ml (SOJ)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 100 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Baton z musli z żurawiną i truskawką 23,5g 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2601.94 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 86.86 g; Kwasy tł. nasycone: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 372.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sód: 2111.00 mg; suma cukrów prostych: 84.49 g;	Wartość energetyczna: 2449.98 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kwasy tł. nasycone: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; Błonnik pokarmowy: 49.30 g; Sód: 2078.65 mg; suma cukrów prostych: 57.37 g;	Wartość energetyczna: 2269.54 kcal; Białko ogółem: 66.45 g; Tłuszcz: 47.30 g; Kwasy tł. nasycone: 6.13 g; Węglowodany ogółem: 414.33 g; Błonnik pokarmowy: 59.79 g; Sód: 2309.76 mg; suma cukrów prostych: 87.99 g;	Wartość energetyczna: 2996.74 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 103.80 g; Kwasy tł. nasycone: 41.91 g; Węglowodany ogółem: 436.69 g; Błonnik pokarmowy: 46.69 g; Sód: 2373.44 mg; suma cukrów prostych: 96.87 g;	Wartość energetyczna: 2601.94 kcal; Białko ogółem: 100.02 g; Tłuszcz: 86.86 g; Kwasy tł. nasycone: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 372.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.41 g; Sód: 2111.00 mg; suma cukrów prostych: 84.49 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150 g	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 150 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z warzywami 200 g (GLU, SEL) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g		Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 50 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek śmietankowy 40 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 150 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	Wafle ryżowe 30 g		Baton z musli z żurawiną i truskawką 23,5g 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2449.98 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 97.88 g; Kwasy tł. nasycone: 39.32 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; Błonnik pokarmowy: 49.30 g; Sód: 2078.65 mg; suma cukrów prostych: 57.37 g;	Wartość energetyczna: 2390.88 kcal; Białko ogółem: 55.68 g; Tłuszcz: 62.04 g; Kwasy tł. nasycone: 30.71 g; Węglowodany ogółem: 413.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.28 g; Sód: 1555.76 mg; suma cukrów prostych: 59.18 g;	Wartość energetyczna: 3001.45 kcal; Białko ogółem: 138.67 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kwasy tł. nasycone: 36.17 g; Węglowodany ogółem: 437.95 g; Błonnik pokarmowy: 32.18 g; Sód: 2656.43 mg; suma cukrów prostych: 80.75 g;	Wartość energetyczna: 2777.10 kcal; Białko ogółem: 122.17 g; Tłuszcz: 79.51 g; Kwasy tł. nasycone: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 405.47 g; Błonnik pokarmowy: 56.17 g; Sód: 2043.88 mg; suma cukrów prostych: 82.22 g;	Wartość energetyczna: 2555.64 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 88.70 g; Kwasy tł. nasycone: 36.51 g; Węglowodany ogółem: 347.20 g; Błonnik pokarmowy: 45.74 g; Sód: 2169.11 mg; suma cukrów prostych: 67.35 g;

		Wegańska D04
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus z ciecierzycy 130 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cukrem 250 ml Jabłko 150 g
	Obiad	Dyniowa z makaronem i ziemniakami # (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą 200 g (GLU, SEL) Surówka z czerwonej kapusty z olejem 150 g Szpinak gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 150 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2256.81 kcal; Białko ogółem: 67.74 g; Tłuszcz: 52.29 g; Kwasy tł. nasycone: 6.24 g; Węglowodany ogółem: 396.87 g; Błonnik pokarmowy: 63.50 g; Sód: 2568.65 mg; suma cukrów prostych: 72.81 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Rozsponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150 g Ketchup saszetka 15 g 1 szt		Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Rozsponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Pasta z twarogu 60 g (MLE) Dynia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Pasta z twarogu 60 g (MLE) Dynia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150 g
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2557.99 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 94.98 g; Kwasy tł. nasycone: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 352.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.34 g; Sód: 3269.59 mg; suma cukrów prostych: 86.73 g;	Wartość energetyczna: 2480.99 kcal; Białko ogółem: 88.11 g; Tłuszcz: 100.02 g; Kwasy tł. nasycone: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; Błonnik pokarmowy: 37.75 g; Sód: 3313.30 mg; suma cukrów prostych: 87.71 g;	Wartość energetyczna: 2345.21 kcal; Białko ogółem: 81.72 g; Tłuszcz: 90.55 g; Kwasy tł. nasycone: 37.94 g; Węglowodany ogółem: 314.06 g; Błonnik pokarmowy: 29.73 g; Sód: 3028.86 mg; suma cukrów prostych: 81.12 g;	Wartość energetyczna: 2182.86 kcal; Białko ogółem: 79.36 g; Tłuszcz: 55.28 g; Kwasy tł. nasycone: 23.23 g; Węglowodany ogółem: 356.75 g; Błonnik pokarmowy: 32.90 g; Sód: 2259.34 mg; suma cukrów prostych: 93.33 g;	Wartość energetyczna: 2411.68 kcal; Białko ogółem: 94.45 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kwasy tł. nasycone: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 356.63 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Sód: 1789.36 mg; suma cukrów prostych: 90.13 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Dyńa gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150 g	Ryż na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Kiwi 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Kiwi 150	
	Obiad	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Marchew gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami, mięsem i natką pietruszki # 400 ml (MLE, SEL)	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 130 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P				Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	Pn	Kubuś Mus 100% truskawka jablko banan marchew 100 g 1 szt			Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
	Wartość energetyczna: 1991.21 kcal; Białko ogółem: 66.77 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kwasy tł. nasycone: 10.35 g; Węglowodany ogółem: 339.51 g; Błonnik pokarmowy: 37.49 g; Sód: 1469.77 mg; suma cukrów prostych: 59.84 g;		Wartość energetyczna: 1355.22 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 24.28 g; Kwasy tł. nasycone: 9.34 g; Węglowodany ogółem: 214.88 g; Błonnik pokarmowy: 10.70 g; Sód: 5.88 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2383.79 kcal; Białko ogółem: 93.59 g; Tłuszcz: 99.32 g; Kwasy tł. nasycone: 40.47 g; Węglowodany ogółem: 296.81 g; Błonnik pokarmowy: 50.74 g; Sód: 4004.34 mg; suma cukrów prostych: 52.32 g;	Wartość energetyczna: 2057.99 kcal; Białko ogółem: 84.58 g; Tłuszcz: 95.24 g; Kwasy tł. nasycone: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 227.82 g; Błonnik pokarmowy: 39.32 g; Sód: 3398.35 mg; suma cukrów prostych: 47.87 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Kiwi 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Banan 100	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150
	Obiad	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 100 g Potrawka drobiowa z indyka 100 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 130 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 100 g Potrawka drobiowa z indyka 100 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml			
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Pieczewo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1468.76 kcal; Białko ogółem: 67.21 g; Tłuszcz: 50.78 g; Kwasy tł. nasycone: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 193.81 g; Błonnik pokarmowy: 30.56 g; Sód: 2612.52 mg; suma cukrów prostych: 39.32 g;	Wartość energetyczna: 2603.94 kcal; Białko ogółem: 90.73 g; Tłuszcz: 91.27 g; Kwasy tł. nasycone: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 370.82 g; Błonnik pokarmowy: 36.17 g; Sód: 3139.21 mg; suma cukrów prostych: 81.54 g;	Wartość energetyczna: 1847.57 kcal; Białko ogółem: 63.35 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kwasy tł. nasycone: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 280.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.46 g; Sód: 2256.73 mg; suma cukrów prostych: 87.89 g;	Wartość energetyczna: 1378.42 kcal; Białko ogółem: 48.92 g; Tłuszcz: 42.28 g; Kwasy tł. nasycone: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 208.85 g; Błonnik pokarmowy: 20.12 g; Sód: 1797.64 mg; suma cukrów prostych: 49.89 g;	Wartość energetyczna: 2463.51 kcal; Białko ogółem: 81.80 g; Tłuszcz: 90.63 g; Kwasy tł. nasycone: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 343.48 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sód: 3029.26 mg; suma cukrów prostych: 83.06 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Banan 100	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z olejem 100 g Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150	Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy z olejem 100 g Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150
	Obiad	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 130 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 250 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 100 g Potrawka drobiowa z indyka 100 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 400 ml (SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 250 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml				Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Ser żółty 40 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1782.78 kcal; Białko ogółem: 62.36 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kwasy tł. nasycone: 20.13 g; Węglowodany ogółem: 267.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.38 g; Sód: 1974.40 mg; suma cukrów prostych: 81.42 g;	Wartość energetyczna: 1374.60 kcal; Białko ogółem: 49.85 g; Tłuszcz: 43.01 g; Kwasy tł. nasycone: 18.20 g; Węglowodany ogółem: 204.10 g; Błonnik pokarmowy: 17.22 g; Sód: 1593.23 mg; suma cukrów prostych: 46.98 g;	Wartość energetyczna: 2931.29 kcal; Białko ogółem: 126.06 g; Tłuszcz: 85.84 g; Kwasy tł. nasycone: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 430.26 g; Błonnik pokarmowy: 59.50 g; Sód: 2520.62 mg; suma cukrów prostych: 93.41 g;	Wartość energetyczna: 2587.14 kcal; Białko ogółem: 111.48 g; Tłuszcz: 50.91 g; Kwasy tł. nasycone: 7.11 g; Węglowodany ogółem: 436.98 g; Błonnik pokarmowy: 59.62 g; Sód: 2254.55 mg; suma cukrów prostych: 84.21 g;	Wartość energetyczna: 2595.21 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 105.36 g; Kwasy tł. nasycone: 45.43 g; Węglowodany ogółem: 333.61 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sód: 3691.40 mg; suma cukrów prostych: 74.42 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150	Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy z olejem 100 g Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150
	Obiad	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 250 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 250 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 400 ml (SEL) Kasza jaglana gotowana 250 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 250 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt	Pieczynko chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2569.81 kcal; Białko ogółem: 84.63 g; Tłuszcz: 99.64 g; Kwasy tł. nasycone: 43.58 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.97 g; Sód: 3167.29 mg; suma cukrów prostych: 68.18 g;	Wartość energetyczna: 2648.04 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 108.21 g; Kwasy tł. nasycone: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; Błonnik pokarmowy: 52.45 g; Sód: 4138.48 mg; suma cukrów prostych: 76.35 g;	Wartość energetyczna: 2678.49 kcal; Białko ogółem: 114.23 g; Tłuszcz: 51.67 g; Kwasy tł. nasycone: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 455.78 g; Błonnik pokarmowy: 60.46 g; Sód: 2391.84 mg; suma cukrów prostych: 84.23 g;	Wartość energetyczna: 2595.21 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 105.36 g; Kwasy tł. nasycone: 45.43 g; Węglowodany ogółem: 333.61 g; Błonnik pokarmowy: 38.15 g; Sód: 3691.40 mg; suma cukrów prostych: 74.42 g;	Wartość energetyczna: 2642.16 kcal; Białko ogółem: 85.73 g; Tłuszcz: 103.43 g; Kwasy tł. nasycone: 43.85 g; Węglowodany ogółem: 358.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; Sód: 3298.07 mg; suma cukrów prostych: 75.31 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pasta warzywna 60 g (SEL) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z soczewicy z olejem 100 g Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Roszponka 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Ketchup saszetka 15 g 1 szt Kiwi 150
	Obiad	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 250 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 200 g (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki # 350 ml (MLE, SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g		Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g		Salatka grecka z kurczakiem i fetą 120 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml	Ryz na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Ser żółty 40 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynka Maryny 40 g Salatka z brokułu z oliwą i koperkiem 150 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Pieczewo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Kubuś Mus 100% truskawka jablko banan marchew 100 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2648.04 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 108.21 g; Kwasy tł. nasycone: 46.15 g; Węglowodany ogółem: 340.05 g; Błonnik pokarmowy: 52.45 g; Sód: 4138.48 mg; suma cukrów prostych: 76.35 g;	Wartość energetyczna: 2185.55 kcal; Białko ogółem: 70.94 g; Tłuszcz: 75.09 g; Kwasy tł. nasycone: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 322.83 g; Błonnik pokarmowy: 34.29 g; Sód: 2549.53 mg; suma cukrów prostych: 77.32 g;	Wartość energetyczna: 2714.12 kcal; Białko ogółem: 108.35 g; Tłuszcz: 99.87 g; Kwasy tł. nasycone: 42.53 g; Węglowodany ogółem: 362.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.35 g; Sód: 3546.85 mg; suma cukrów prostych: 95.64 g;	Wartość energetyczna: 2812.99 kcal; Białko ogółem: 125.98 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kwasy tł. nasycone: 32.40 g; Węglowodany ogółem: 400.84 g; Błonnik pokarmowy: 59.10 g; Sód: 2520.22 mg; suma cukrów prostych: 91.47 g;	Wartość energetyczna: 2324.85 kcal; Białko ogółem: 91.58 g; Tłuszcz: 96.26 g; Kwasy tł. nasycone: 39.80 g; Węglowodany ogółem: 289.82 g; Błonnik pokarmowy: 37.64 g; Sód: 3583.18 mg; suma cukrów prostych: 52.39 g;

		Wegańska D04
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z soczewicy z olejem 100 g Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Banan 150 g
	Obiad	Selerowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 400 ml (SEL) Kasza jaglana gotowana 180 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLÉ, SEL) Surówka z marchwi i kalarepy z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Sałatka z brokułu z oliwą i koperkiem 120 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml
	Ph	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2468.84 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 50.83 g; Kwasy tł. nasycone: 7.10 g; Węglowodany ogółem: 407.56 g; Błonnik pokarmowy: 59.22 g; Sód: 2254.15 mg; suma cukrów prostych: 82.27 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Latwostrawna D02	6/5-Latwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Latwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150 g		Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Salata lodowa 10 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Salata lodowa 10 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Cukinia pieczona z olejem 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150 g
	Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Coleslaw # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU) Surówka Coleslaw # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Udziec z kurczaka pieczony 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet drobiowy pieczony(mięso drobiowe,bułka pszenna,olej rzepakowy,kasza manna, jajko) 100 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE)
	P				Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 40 g Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Płatki jaglane na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2402.44 kcal; Białko ogółem: 99.54 g; Tłuszcz: 77.83 g; Kwasy tł. nasycone: 31.46 g; Węglowodany ogółem: 340.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; Sód: 2097.16 mg; suma cukrów prostych: 69.27 g;	Wartość energetyczna: 2382.91 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 71.78 g; Kwasy tł. nasycone: 26.91 g; Węglowodany ogółem: 349.18 g; Błonnik pokarmowy: 34.80 g; Sód: 1953.91 mg; suma cukrów prostych: 70.08 g;	Wartość energetyczna: 2271.12 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 66.09 g; Kwasy tł. nasycone: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 330.02 g; Błonnik pokarmowy: 19.02 g; Sód: 1825.14 mg; suma cukrów prostych: 57.36 g;	Wartość energetyczna: 2346.41 kcal; Białko ogółem: 100.40 g; Tłuszcz: 59.12 g; Kwasy tł. nasycone: 27.35 g; Węglowodany ogółem: 349.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Sód: 1994.14 mg; suma cukrów prostych: 56.76 g;	Wartość energetyczna: 2643.02 kcal; Białko ogółem: 107.38 g; Tłuszcz: 85.74 g; Kwasy tł. nasycone: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 373.62 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g; Sód: 1740.81 mg; suma cukrów prostych: 68.45 g;

9- Papkowata bezmleczna D11/ML		11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Cukinia pieczona z olejem 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150 g	Kasza manna na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet drobiowy pieczony(mięso drobiowe,bułka pszenna,olej rzepakowy,kasza manna, jajko) 100 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos bazyliowy (bez mleka) 80 ml (GLU)	Rosół z makaronem, mięsem i natką pietruszki # 400 ml (GLU, SEL)	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # b/c 200 g (JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki pieczone z ziołami # 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # b/c 200 g (JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)			
	Kolacja	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem (bez mleka) 60 g (JAJ) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Płatki jaglane na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt			
Wartość energetyczna: 2686.28 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 57.51 g; Kwasy tł. nasycone: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 464.35 g; Błonnik pokarmowy: 30.67 g; Sód: 1324.72 mg; suma cukrów prostych: 44.57 g;		Wartość energetyczna: 1525.02 kcal; Białko ogółem: 80.71 g; Tłuszcz: 22.01 g; Kwasy tł. nasycone: 7.27 g; Węglowodany ogółem: 261.69 g; Błonnik pokarmowy: 13.60 g; Sód: 5.83 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2191.05 kcal; Białko ogółem: 100.47 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kwasy tł. nasycone: 38.45 g; Węglowodany ogółem: 270.94 g; Błonnik pokarmowy: 40.60 g; Sód: 2195.79 mg; suma cukrów prostych: 48.10 g;	Wartość energetyczna: 2111.23 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 86.70 g; Kwasy tł. nasycone: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 249.47 g; Błonnik pokarmowy: 37.28 g; Sód: 2236.53 mg; suma cukrów prostych: 49.15 g;	Wartość energetyczna: 1721.67 kcal; Białko ogółem: 91.33 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kwasy tł. nasycone: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 185.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; Sód: 1682.01 mg; suma cukrów prostych: 44.62 g;

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Masłanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 100	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 250 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 100 g Udziec z kurczaka pieczony 80 g Sos bazyliowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # b/c 100 g (JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki pieczone z ziołami # 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 250 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 250 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 100 g Udziec z kurczaka pieczony 60 g Sos bazyliowy 30 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)	Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g		Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 150 g	Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1359.74 kcal; Białko ogółem: 67.82 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kwasy tł. nasycone: 26.08 g; Węglowodany ogółem: 166.20 g; Błonnik pokarmowy: 23.69 g; Sód: 1325.33 mg; suma cukrów prostych: 31.90 g;	Wartość energetyczna: 2372.93 kcal; Białko ogółem: 98.95 g; Tłuszcz: 79.97 g; Kwasy tł. nasycone: 31.65 g; Węglowodany ogółem: 326.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Sód: 2111.60 mg; suma cukrów prostych: 72.63 g;	Wartość energetyczna: 1524.66 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 42.98 g; Kwasy tł. nasycone: 17.20 g; Węglowodany ogółem: 211.57 g; Błonnik pokarmowy: 17.45 g; Sód: 1333.98 mg; suma cukrów prostych: 55.05 g;	Wartość energetyczna: 1187.23 kcal; Białko ogółem: 52.61 g; Tłuszcz: 28.18 g; Kwasy tł. nasycone: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 184.76 g; Błonnik pokarmowy: 13.72 g; Sód: 1046.86 mg; suma cukrów prostych: 34.25 g;	Wartość energetyczna: 2294.12 kcal; Białko ogółem: 96.99 g; Tłuszcz: 66.17 g; Kwasy tł. nasycone: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 335.36 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g; Sód: 1825.54 mg; suma cukrów prostych: 59.30 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Salata lodowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Salata lodowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Arbuz 100	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Papryka świeża 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Salata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 250 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 130 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 250 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 100 g Udziec z kurczaka pieczony 60 g Sos bazyliowy 30 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Koperkowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z soczewicą 350 g (SEL) Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Coleslaw # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z soczewicą 350 g (SEL) Sos bazyliowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 250 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Coleslaw # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g	Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 150 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml		Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Pomidor bez skórki 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Pomidor bez skórki 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Ser kremowy topiony z ziołami 22,5 g trójkąt 2 szt (MLE) Ogórek świeży 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Salatka meksykańska 120 g (JAJ, SEL) Ogórek świeży 100 g Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1602.51 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 44.32 g; Kwasy tł. nasycone: 17.62 g; Węglowodany ogółem: 226.38 g; Błonnik pokarmowy: 14.61 g; Sód: 1299.32 mg; suma cukrów prostych: 53.13 g;	Wartość energetyczna: 1146.29 kcal; Białko ogółem: 51.43 g; Tłuszcz: 28.63 g; Kwasy tł. nasycone: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 173.62 g; Błonnik pokarmowy: 11.57 g; Sód: 984.45 mg; suma cukrów prostych: 28.73 g;	Wartość energetyczna: 2821.45 kcal; Białko ogółem: 77.35 g; Tłuszcz: 77.09 g; Kwasy tł. nasycone: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 469.78 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sód: 1951.39 mg; suma cukrów prostych: 72.39 g;	Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 52.67 g; Tłuszcz: 36.22 g; Kwasy tł. nasycone: 5.62 g; Węglowodany ogółem: 426.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; Sód: 1245.88 mg; suma cukrów prostych: 49.58 g;	Wartość energetyczna: 2534.19 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kwasy tł. nasycone: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; Sód: 2114.71 mg; suma cukrów prostych: 56.52 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 250 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazylkowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 250 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazylkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # b/c 200 g (JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z soczewicą 350 g (SEL) Sos bazylkowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 250 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazylkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 250 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazylkowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	Galaretką o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka meksykańska 120 g (JAJ, SEL) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2405.39 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 74.62 g; Kwasy tł. nasycone: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g; Sód: 1841.57 mg; suma cukrów prostych: 44.44 g;	Wartość energetyczna: 2359.65 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kwasy tł. nasycone: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 292.51 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; Sód: 2213.09 mg; suma cukrów prostych: 48.38 g;	Wartość energetyczna: 2203.82 kcal; Białko ogółem: 52.67 g; Tłuszcz: 36.22 g; Kwasy tł. nasycone: 5.62 g; Węglowodany ogółem: 426.85 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; Sód: 1245.88 mg; suma cukrów prostych: 49.58 g;	Wartość energetyczna: 2534.19 kcal; Białko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 86.69 g; Kwasy tł. nasycone: 37.07 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; Błonnik pokarmowy: 35.75 g; Sód: 2114.71 mg; suma cukrów prostych: 56.52 g;	Wartość energetyczna: 2405.39 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 74.62 g; Kwasy tł. nasycone: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 342.55 g; Błonnik pokarmowy: 20.10 g; Sód: 1841.57 mg; suma cukrów prostych: 44.44 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 30 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twarożek ze słonecznikiem i natką pietruszki 60 g (MLE) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twarożek z siemieniem lnianym i natką pietruszki 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 40 Sałata lodowa 10 g Pomidor 150 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż brązowy gotowany 250 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # b/c 200 g (JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 100 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE)	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z soczewicą 350 g (SEL) Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka Colesław # 150 g (JAJ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Rosół z makaronem i natką pietruszki # 350 ml (GLU, SEL) Ryż gotowany 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Surówka Colesław # b/c 200 g (JAJ, MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos bazyliowy 80 ml (GLU, MLE)
	P	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)		Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)		Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Płatki jaglane na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M ze szczypiorkiem 1 szt (JAJ) Ser kremowy topiony z ziołami 22,5 g trójkąt 2 szt (MLE) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M z koperkiem 1 szt (JAJ) Szynekowa dębowa kielbasa wieprzowa 30 g Ogórek świeży 150 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2359.65 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 94.83 g; Kwasy tł. nasycone: 44.06 g; Węglowodany ogółem: 292.51 g; Błonnik pokarmowy: 43.03 g; Sód: 2213.09 mg; suma cukrów prostych: 48.38 g;	Wartość energetyczna: 2494.64 kcal; Białko ogółem: 77.62 g; Tłuszcz: 55.78 g; Kwasy tł. nasycone: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 425.90 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g; Sód: 1667.71 mg; suma cukrów prostych: 48.05 g;	Wartość energetyczna: 2662.57 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 81.48 g; Kwasy tł. nasycone: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 374.06 g; Błonnik pokarmowy: 20.19 g; Sód: 1987.20 mg; suma cukrów prostych: 72.20 g;	Wartość energetyczna: 2703.15 kcal; Białko ogółem: 77.27 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kwasy tł. nasycone: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 440.36 g; Błonnik pokarmowy: 31.69 g; Sód: 1950.99 mg; suma cukrów prostych: 70.45 g;	Wartość energetyczna: 2118.69 kcal; Białko ogółem: 101.49 g; Tłuszcz: 75.35 g; Kwasy tł. nasycone: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 269.92 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; Sód: 2080.45 mg; suma cukrów prostych: 45.30 g;

Wegańska D04	
2026-08-09 niedziela	Śniadanie
	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta warzywna z soczewicą 100 g (SEL) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Arbuz 150 g
	Obiad
	Koperkowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Risotto warzywne z soczewicą 400 g (SEL) Sos bazyliowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P
	Kolacja
	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka meksykańska 180 g (JAJ, SEL) Ogórek świeży 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
Ph	
Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	
Wartość energetyczna: 2297.25 kcal; Białko ogółem: 57.29 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kwasy tł. nasycone: 6.62 g; Węglowodany ogółem: 423.24 g; Błonnik pokarmowy: 38.50 g; Sód: 1332.37 mg; suma cukrów prostych: 49.20 g;	

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g		Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pasta warzywna 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus owocowy 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 40 g (SOJ) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Pasta warzywna 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU) Fasolka po bretońsku(fasola kons, łopatka wp, szynka wp,bułka pszenna) 250 g (GLU) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Marchew gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P				Sok jabłkowy 200 ml 100 % 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Leczo warzywne z kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Dynia gotowana 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2502.78 kcal; Białko ogółem: 104.55 g; Tłuszcz: 85.38 g; Kwasy tł. nasycone: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 336.24 g; Błonnik pokarmowy: 44.33 g; Sód: 2481.43 mg; suma cukrów prostych: 79.20 g;	Wartość energetyczna: 2561.51 kcal; Białko ogółem: 114.81 g; Tłuszcz: 65.69 g; Kwasy tł. nasycone: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 379.35 g; Błonnik pokarmowy: 42.79 g; Sód: 3024.63 mg; suma cukrów prostych: 78.85 g;	Wartość energetyczna: 2453.13 kcal; Białko ogółem: 100.21 g; Tłuszcz: 78.30 g; Kwasy tł. nasycone: 27.28 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; Błonnik pokarmowy: 36.48 g; Sód: 2520.99 mg; suma cukrów prostych: 74.13 g;	Wartość energetyczna: 2461.68 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 67.77 g; Kwasy tł. nasycone: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 369.36 g; Błonnik pokarmowy: 38.35 g; Sód: 2389.41 mg; suma cukrów prostych: 68.81 g;	Wartość energetyczna: 2653.20 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kwasy tł. nasycone: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 394.13 g; Błonnik pokarmowy: 36.10 g; Sód: 1762.75 mg; suma cukrów prostych: 79.15 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 40 g (SOJ) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta warzywna 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g	Płatki owsiane na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Marchew gotowana 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami, mięsem # 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # bez cukru 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P			Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Ogórek świeży 50 g		
	Kolacja	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Dyńa gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	Ph	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt		Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		
		Wartość energetyczna: 2184.94 kcal; Białko ogółem: 70.63 g; Tłuszcz: 49.97 g; Kwasy tł. nasycone: 10.73 g; Węglowodany ogółem: 376.55 g; Błonnik pokarmowy: 38.52 g; Sód: 1588.91 mg; suma cukrów prostych: 57.30 g;	Wartość energetyczna: 1440.78 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 28.32 g; Kwasy tł. nasycone: 9.63 g; Węglowodany ogółem: 225.48 g; Błonnik pokarmowy: 14.20 g; Sód: 5.99 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2317.25 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 85.76 g; Kwasy tł. nasycone: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 298.00 g; Błonnik pokarmowy: 53.85 g; Sód: 2787.25 mg; suma cukrów prostych: 61.04 g;	Wartość energetyczna: 1877.24 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kwasy tł. nasycone: 24.11 g; Węglowodany ogółem: 219.91 g; Błonnik pokarmowy: 41.06 g; Sód: 2244.41 mg; suma cukrów prostych: 53.37 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02	
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (<i>MLE</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<i>GLU</i>) Masło 83% tł. 5 g (<i>MLE</i>) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 100	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<i>GLU, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<i>GLU</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<i>GLU</i>) Masło 83% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (<i>MLE</i>) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<i>GLU</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<i>GLU</i>) Masło 83% tł. 5 g (<i>MLE</i>) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (<i>MLE</i>) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na mleku 200 ml (<i>GLU, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (<i>GLU</i>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<i>GLU</i>) Masło 83% tł. 5 g (<i>MLE</i>) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Melon 100	Płatki owsiane na mleku 400 ml (<i>GLU, MLE</i>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<i>GLU</i>) Bułka pszenna krojona 50 g (<i>GLU</i>) Masło 83% tł. 15 g (<i>MLE</i>) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (<i>MLE</i>) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 250 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet jajeczny - pieczony 50 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos koperkowy 30 ml (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # bez cukru 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos koperkowy 80 ml (<i>GLU, MLE</i>) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 250 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos koperkowy 80 ml (<i>GLU, MLE</i>) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 250 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet jajeczny - pieczony 50 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos koperkowy 30 ml (<i>GLU, MLE</i>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<i>GLU, MLE, SEL</i>) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (<i>GLU, JAJ</i>) Sos koperkowy 80 ml (<i>GLU, MLE</i>) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g	
	P	Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<i>GLU</i>) Masło 83% tł. 5 g (<i>MLE</i>) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (<i>MLE</i>) Ogórek świeży 50 g	Sok jabłkowy 200 ml 100 % 1 szt				
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<i>GLU</i>) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 250 g (<i>SEL</i>) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Naleśniki z serem 200 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Sos jogurtowy 100 ml (<i>MLE</i>) Mus owocowy 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)		Naleśniki z serem 150 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Sos jogurtowy 50 ml (<i>MLE</i>) Mus owocowy 50 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (<i>GLU, MLE</i>)	Naleśniki z serem 200 g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>) Mus owocowy 100 g Sos jogurtowy 100 ml (<i>MLE</i>) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (<i>GLU, MLE</i>)	
	Pn	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (<i>GLU, ORZ, SEZ</i>)					Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (<i>GLU, ORZ, SEZ</i>)
		Wartość energetyczna: 1435.70 kcal; Białko ogółem: 66.06 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kwasy tł. nasycone: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 180.41 g; Błonnik pokarmowy: 34.09 g; Sód: 1872.89 mg; suma cukrów prostych: 41.55 g;	Wartość energetyczna: 2672.52 kcal; Białko ogółem: 107.07 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kwasy tł. nasycone: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 372.46 g; Błonnik pokarmowy: 42.30 g; Sód: 2018.08 mg; suma cukrów prostych: 92.64 g;	Wartość energetyczna: 2199.84 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 70.80 g; Kwasy tł. nasycone: 23.85 g; Węglowodany ogółem: 298.34 g; Błonnik pokarmowy: 34.66 g; Sód: 1655.17 mg; suma cukrów prostych: 79.43 g;	Wartość energetyczna: 1521.10 kcal; Białko ogółem: 63.40 g; Tłuszcz: 48.72 g; Kwasy tł. nasycone: 14.74 g; Węglowodany ogółem: 215.52 g; Błonnik pokarmowy: 26.00 g; Sód: 1256.34 mg; suma cukrów prostych: 47.06 g;	Wartość energetyczna: 2627.37 kcal; Białko ogółem: 102.89 g; Tłuszcz: 79.46 g; Kwasy tł. nasycone: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 379.72 g; Błonnik pokarmowy: 34.30 g; Sód: 2041.59 mg; suma cukrów prostych: 88.26 g;	

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Melon 100	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 50 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g	Barszcz czerwony z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet jajeczny - pieczony 50 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Sok jabłkowy 200 ml 100 % 1 szt				Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Ogórek świeży 50 g
	Kolacja	Naleśniki z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE) Mus owocowy 100 g Sos jogurtowy 100 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Naleśniki z serem 150 g (GLU, JAJ, MLE) Mus owocowy 50 g Sos jogurtowy 50 ml (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Leczo warzywne z ciecierzycą 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z ciecierzycą 300 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		
		Wartość energetyczna: 2057.39 kcal; Białko ogółem: 82.39 g; Tłuszcz: 61.02 g; Kwasy tł. nasycone: 22.38 g; Węglowodany ogółem: 294.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.15 g; Sód: 1678.79 mg; suma cukrów prostych: 75.86 g;	Wartość energetyczna: 1511.06 kcal; Białko ogółem: 60.08 g; Tłuszcz: 43.36 g; Kwasy tł. nasycone: 14.24 g; Węglowodany ogółem: 228.71 g; Błonnik pokarmowy: 21.06 g; Sód: 1339.20 mg; suma cukrów prostych: 46.96 g;	Wartość energetyczna: 2414.82 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kwasy tł. nasycone: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 367.53 g; Błonnik pokarmowy: 46.06 g; Sód: 2153.50 mg; suma cukrów prostych: 74.71 g;	Wartość energetyczna: 2136.22 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 41.60 g; Kwasy tł. nasycone: 5.36 g; Węglowodany ogółem: 357.15 g; Błonnik pokarmowy: 59.71 g; Sód: 1976.81 mg; suma cukrów prostych: 64.24 g;	Wartość energetyczna: 2683.68 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 94.70 g; Kwasy tł. nasycone: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 353.54 g; Błonnik pokarmowy: 46.57 g; Sód: 2794.07 mg; suma cukrów prostych: 66.00 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Ogórek świeży 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Ogórek świeży 50 g	Sok jabłkowy 200 ml 100 % 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Ogórek świeży 50 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z ciecierzycą 300 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	☞	Pieczewo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	Pieczewo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)			Pieczewo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)
		Wartość energetyczna: 2659.38 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kwasy tł. nasycone: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Sód: 2900.18 mg; suma cukrów prostych: 66.00 g;	Wartość energetyczna: 2403.55 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kwasy tł. nasycone: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; Błonnik pokarmowy: 53.42 g; Sód: 2803.74 mg; suma cukrów prostych: 60.84 g;	Wartość energetyczna: 2195.27 kcal; Białko ogółem: 91.55 g; Tłuszcz: 41.69 g; Kwasy tł. nasycone: 5.37 g; Węglowodany ogółem: 370.70 g; Błonnik pokarmowy: 60.81 g; Sód: 1996.25 mg; suma cukrów prostych: 64.82 g;	Wartość energetyczna: 2683.68 kcal; Białko ogółem: 112.53 g; Tłuszcz: 94.70 g; Kwasy tł. nasycone: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 353.54 g; Błonnik pokarmowy: 46.57 g; Sód: 2794.07 mg; suma cukrów prostych: 66.00 g;	Wartość energetyczna: 2659.38 kcal; Białko ogółem: 110.13 g; Tłuszcz: 88.31 g; Kwasy tł. nasycone: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; Błonnik pokarmowy: 44.17 g; Sód: 2900.18 mg; suma cukrów prostych: 66.00 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # bez cukru 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 150 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet jajeczny - pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 200 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Ogórek świeży 50 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 20 g (MLE) Pomidor 50 g		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Leczo warzywne 300 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU)	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Leczo warzywne z ciecierzycą 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU)	Leczo warzywne z papryką i kurczakiem 300 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU)
	Di	Pieczycwo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	Pieczycwo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		Pieczycwo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
		Wartość energetyczna: 2403.55 kcal; Białko ogółem: 96.93 g; Tłuszcz: 89.81 g; Kwasy tł. nasycone: 33.22 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; Błonnik pokarmowy: 53.42 g; Sód: 2803.74 mg; suma cukrów prostych: 60.84 g;	Wartość energetyczna: 2155.76 kcal; Białko ogółem: 65.48 g; Tłuszcz: 63.15 g; Kwasy tł. nasycone: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 338.60 g; Błonnik pokarmowy: 38.36 g; Sód: 2088.30 mg; suma cukrów prostych: 62.55 g;	Wartość energetyczna: 2991.06 kcal; Białko ogółem: 123.57 g; Tłuszcz: 98.21 g; Kwasy tł. nasycone: 34.14 g; Węglowodany ogółem: 411.64 g; Błonnik pokarmowy: 40.16 g; Sód: 3058.16 mg; suma cukrów prostych: 85.76 g;	Wartość energetyczna: 2326.82 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 77.27 g; Kwasy tł. nasycone: 22.59 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; Błonnik pokarmowy: 46.06 g; Sód: 2153.50 mg; suma cukrów prostych: 74.71 g;	Wartość energetyczna: 2520.83 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 87.17 g; Kwasy tł. nasycone: 28.01 g; Węglowodany ogółem: 337.18 g; Błonnik pokarmowy: 46.24 g; Sód: 2533.87 mg; suma cukrów prostych: 78.15 g;

		Wegańska D04
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Gulasz sojowy z warzywami 150 g (GLU, SOJ, MLE, SEL) Surówka z marchwi i jabłka z olejem # 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU) Leczo warzywne z ciecierzycą 300 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn	Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)
		Wartość energetyczna: 2048.22 kcal; Białko ogółem: 90.04 g; Tłuszcz: 41.60 g; Kwasy tł. nasycone: 5.36 g; Węglowodany ogółem: 335.15 g; Błonnik pokarmowy: 59.71 g; Sód: 1976.81 mg; suma cukrów prostych: 64.24 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Latwostrawna D02	6/5-Latwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Latwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g		Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 (MLE) Miód 25 g 1 szt Salatka z warzyw gotowanych (marchew,seler, kalafior) z olejem i koperkiem 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu 60 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Salatka z warzyw gotowanych (marchew,seler, kalafior) z olejem i koperkiem 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150 g
	Obiad	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami # 350 ml (GLU, SEL) Kasza pęczak gotowana 180 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Szynka wieprzowa pieczona 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P				Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Pomidor 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2483.36 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 82.47 g; Kwasy tł. nasycone: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 363.24 g; Błonnik pokarmowy: 39.99 g; Sód: 3160.28 mg; suma cukrów prostych: 72.71 g;	Wartość energetyczna: 2166.67 kcal; Białko ogółem: 95.46 g; Tłuszcz: 64.26 g; Kwasy tł. nasycone: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 319.08 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g; Sód: 3137.71 mg; suma cukrów prostych: 70.36 g;	Wartość energetyczna: 2484.94 kcal; Białko ogółem: 86.41 g; Tłuszcz: 65.60 g; Kwasy tł. nasycone: 29.22 g; Węglowodany ogółem: 402.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; Sód: 2551.24 mg; suma cukrów prostych: 71.30 g;	Wartość energetyczna: 2625.57 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 69.01 g; Kwasy tł. nasycone: 25.44 g; Węglowodany ogółem: 428.73 g; Błonnik pokarmowy: 28.88 g; Sód: 2649.44 mg; suma cukrów prostych: 72.69 g;	Wartość energetyczna: 2796.71 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kwasy tł. nasycone: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 435.73 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g; Sód: 2799.54 mg; suma cukrów prostych: 82.65 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Sałatka z warzyw gotowanych (marchew,seler, kalafior) z olejem i koperkiem 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z truskawek 150 g	Płatki jęczmienne na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150		Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy (bez mleka) 80 ml (GLU, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami i mięsem # 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 180 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml		Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 130 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 150 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P			Sok pomidorowy 200 ml kubek 1		
	Kolacja	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Zacierka na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2425.36 kcal; Białko ogółem: 76.43 g; Tłuszcz: 56.80 g; Kwasy tł. nasycone: 12.04 g; Węglowodany ogółem: 414.72 g; Błonnik pokarmowy: 33.27 g; Sód: 2533.70 mg; suma cukrów prostych: 55.83 g;	Wartość energetyczna: 1428.25 kcal; Białko ogółem: 83.00 g; Tłuszcz: 26.69 g; Kwasy tł. nasycone: 10.00 g; Węglowodany ogółem: 226.64 g; Błonnik pokarmowy: 16.47 g; Sód: 7.21 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2258.67 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kwasy tł. nasycone: 30.13 g; Węglowodany ogółem: 320.36 g; Błonnik pokarmowy: 45.98 g; Sód: 2840.80 mg; suma cukrów prostych: 42.95 g;	Wartość energetyczna: 1743.42 kcal; Białko ogółem: 87.39 g; Tłuszcz: 52.56 g; Kwasy tł. nasycone: 18.22 g; Węglowodany ogółem: 242.40 g; Błonnik pokarmowy: 33.14 g; Sód: 2221.04 mg; suma cukrów prostych: 37.54 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 60 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 100	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Nektarynka 100	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 100 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 30 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami # 350 ml (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami # 250 ml (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 130 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami # 250 ml (GLU, SEL) Kasza kuskus gotowana 100 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 30 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Sok pomidorowy 200 ml kubek 1	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 150	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 60 g (RYB, SEL) Kalarepa 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 60 g (RYB, SEL) Szynka tostowa z kurcząt 30 g Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 60 g (RYB, SEL) Szynka tostowa z kurcząt 30 g Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 60 g (RYB, SEL) Kalarepa 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 60 g (RYB, SEL) Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1362.09 kcal; Białko ogółem: 63.50 g; Tłuszcz: 39.54 g; Kwasy tł. nasycone: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 197.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.29 g; Sód: 1500.38 mg; suma cukrów prostych: 26.74 g;	Wartość energetyczna: 2459.99 kcal; Białko ogółem: 92.93 g; Tłuszcz: 81.03 g; Kwasy tł. nasycone: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 357.53 g; Błonnik pokarmowy: 35.20 g; Sód: 3533.97 mg; suma cukrów prostych: 72.59 g;	Wartość energetyczna: 1832.95 kcal; Białko ogółem: 75.75 g; Tłuszcz: 57.58 g; Kwasy tł. nasycone: 19.04 g; Węglowodany ogółem: 266.18 g; Błonnik pokarmowy: 28.72 g; Sód: 2676.69 mg; suma cukrów prostych: 64.20 g;	Wartość energetyczna: 1314.17 kcal; Białko ogółem: 48.94 g; Tłuszcz: 40.84 g; Kwasy tł. nasycone: 16.46 g; Węglowodany ogółem: 198.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.07 g; Sód: 1594.46 mg; suma cukrów prostych: 36.02 g;	Wartość energetyczna: 2592.17 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kwasy tł. nasycone: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 424.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.99 g; Sód: 2711.38 mg; suma cukrów prostych: 72.73 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 200 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Rukola 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Nektarynka 100	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 130 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 50 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 100 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 30 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z warzywami i ciecierzycą 200 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kaszotto jęczmienne z warzywami i ciecierzycą 200 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy (bez mleka) 80 ml (GLU, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 250 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 150	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200		
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 30 g (RYB, SEL) Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor bez skórki 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 30 g (RYB, SEL) Szynka tostowa z kurcząt 30 g Pomidor bez skórki 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Kalarepa 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Kalarepa 100 g Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1786.93 kcal; Białko ogółem: 55.95 g; Tłuszcz: 35.83 g; Kwasy tł. nasycone: 14.08 g; Węglowodany ogółem: 320.81 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g; Sód: 1697.68 mg; suma cukrów prostych: 62.89 g;	Wartość energetyczna: 1273.94 kcal; Białko ogółem: 52.30 g; Tłuszcz: 33.61 g; Kwasy tł. nasycone: 13.49 g; Węglowodany ogółem: 199.90 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Sód: 1493.88 mg; suma cukrów prostych: 36.73 g;	Wartość energetyczna: 2361.35 kcal; Białko ogółem: 79.12 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kwasy tł. nasycone: 32.29 g; Węglowodany ogółem: 365.29 g; Błonnik pokarmowy: 45.71 g; Sód: 2236.33 mg; suma cukrów prostych: 73.25 g;	Wartość energetyczna: 2038.05 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz: 47.14 g; Kwasy tł. nasycone: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 367.63 g; Błonnik pokarmowy: 47.27 g; Sód: 2356.13 mg; suma cukrów prostych: 59.87 g;	Wartość energetyczna: 2665.48 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kwasy tł. nasycone: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 400.92 g; Błonnik pokarmowy: 41.27 g; Sód: 3168.93 mg; suma cukrów prostych: 63.81 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 250 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 250 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kaszotto jęczmienne z warzywami i ciecierzycą 200 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy (bez mleka) 80 ml (GLU, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 250 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 250 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200	Sok pomidorowy 200 ml kubek 1	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2683.85 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kwasy tł. nasycone: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 436.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sód: 3186.40 mg; suma cukrów prostych: 64.84 g;	Wartość energetyczna: 2436.72 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kwasy tł. nasycone: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; Błonnik pokarmowy: 47.31 g; Sód: 2978.95 mg; suma cukrów prostych: 48.12 g;	Wartość energetyczna: 2038.05 kcal; Białko ogółem: 53.33 g; Tłuszcz: 47.14 g; Kwasy tł. nasycone: 12.51 g; Węglowodany ogółem: 367.63 g; Błonnik pokarmowy: 47.27 g; Sód: 2356.13 mg; suma cukrów prostych: 59.87 g;	Wartość energetyczna: 2665.48 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 85.94 g; Kwasy tł. nasycone: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 400.92 g; Błonnik pokarmowy: 41.27 g; Sód: 3168.93 mg; suma cukrów prostych: 63.81 g;	Wartość energetyczna: 2683.85 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kwasy tł. nasycone: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 436.61 g; Błonnik pokarmowy: 32.36 g; Sód: 3186.40 mg; suma cukrów prostych: 64.84 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta warzywna 60 g (SEL) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 (MLE) Miód 25 g 1 szt Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Ser żółty 30 g (MLE) Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g	Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 (MLE) Rukola 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Nektarynka 150
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza pęczak gotowana 250 g (GLU) Kotlet mielony wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z warzywami i ciecierzycą 200 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza kuskus gotowana 180 g (GLU) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos jarzynowy 80 ml (GLU, MLE, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # bez cukru 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Sok pomidorowy 200 ml kubek 1		Jogurt naturalny Skyr 150 g 1 (MLE)		Sok pomidorowy 200 ml kubek 1
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 50 g (RYB, SEL) Pomidor 100 g Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Kalarepa 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paprykarz rybno-warzywny (filet ryb,włosz 3 skł, ryż, przecier pom, natka pietr) 100 g (RYB, SEL) Kalarepa 150 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2436.72 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 82.57 g; Kwasy tł. nasycone: 35.69 g; Węglowodany ogółem: 343.77 g; Błonnik pokarmowy: 47.31 g; Sód: 2978.95 mg; suma cukrów prostych: 48.12 g;	Wartość energetyczna: 2144.60 kcal; Białko ogółem: 52.28 g; Tłuszcz: 53.20 g; Kwasy tł. nasycone: 22.87 g; Węglowodany ogółem: 377.38 g; Błonnik pokarmowy: 32.09 g; Sód: 2353.34 mg; suma cukrów prostych: 58.86 g;	Wartość energetyczna: 2878.10 kcal; Białko ogółem: 124.91 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kwasy tł. nasycone: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 446.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.13 g; Sód: 3109.43 mg; suma cukrów prostych: 83.39 g;	Wartość energetyczna: 2243.05 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kwasy tł. nasycone: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 335.87 g; Błonnik pokarmowy: 45.31 g; Sód: 2235.93 mg; suma cukrów prostych: 71.31 g;	Wartość energetyczna: 2408.04 kcal; Białko ogółem: 98.73 g; Tłuszcz: 62.78 g; Kwasy tł. nasycone: 26.69 g; Węglowodany ogółem: 375.74 g; Błonnik pokarmowy: 36.57 g; Sód: 2441.53 mg; suma cukrów prostych: 48.12 g;

		Wegańska D04
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 120 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Rukola 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Nektarynka 150 g
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kaszotto jęczmienne z warzywami i fasolą 400 g (GLU, SEL) Sos jarzynowy (bez mleka) 80 ml (GLU, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem # 150 g (SEL) Cukinia pieczona z przecierem pomidorowym 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 130 g (SEZ) Kalarepa 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2138.25 kcal; Białko ogółem: 57.62 g; Tłuszcz: 56.28 g; Kwasy tł. nasycone: 15.25 g; Węglowodany ogółem: 367.79 g; Błonnik pokarmowy: 51.76 g; Sód: 2662.91 mg; suma cukrów prostych: 67.97 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Latwostrawna D02	6/5-Latwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Latwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-12 środa	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150 g		Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Pasta z twarogu 60 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Mus z jabłek prażonych 150	Płatki jaglane na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Mus z jabłek prażonych 150 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Gulasz wieprzowy po węgiersku 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym, warzywami i ciecierzycą 300 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 100 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem # 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P					Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 40 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pasta warzywna 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Pasta warzywna 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2331.61 kcal; Białko ogółem: 85.56 g; Tłuszcz: 92.97 g; Kwasy tł. nasycone: 39.45 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.13 g; Sód: 3153.45 mg; suma cukrów prostych: 60.95 g;	Wartość energetyczna: 2397.08 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 90.06 g; Kwasy tł. nasycone: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 319.87 g; Błonnik pokarmowy: 40.48 g; Sód: 2670.98 mg; suma cukrów prostych: 57.33 g;	Wartość energetyczna: 2225.23 kcal; Białko ogółem: 74.40 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kwasy tł. nasycone: 37.60 g; Węglowodany ogółem: 299.46 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; Sód: 2612.78 mg; suma cukrów prostych: 57.84 g;	Wartość energetyczna: 2398.36 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kwasy tł. nasycone: 21.60 g; Węglowodany ogółem: 419.98 g; Błonnik pokarmowy: 31.68 g; Sód: 2107.95 mg; suma cukrów prostych: 71.11 g;	Wartość energetyczna: 2814.91 kcal; Białko ogółem: 90.56 g; Tłuszcz: 76.40 g; Kwasy tł. nasycone: 32.23 g; Węglowodany ogółem: 455.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.69 g; Sód: 1648.07 mg; suma cukrów prostych: 67.64 g;

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-12 środa	Śniadanie	Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem (bez mleka) 60 g (JAJ) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 szt (SOJ)	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane z koperkiem # 180 g Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z mięsem i natką pietruszki# 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 130 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P			Sałatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)		
	Kolacja	Makaron na na wywarze jarzynowym 400 g (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Pasta warzywna 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Makaron na mleku wzmocnione 400 g (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	Pn	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt		Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2549.47 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 50.01 g; Kwasy tł. nasycone: 11.36 g; Węglowodany ogółem: 454.22 g; Błonnik pokarmowy: 32.85 g; Sód: 1674.47 mg; suma cukrów prostych: 42.07 g;	Wartość energetyczna: 1042.71 kcal; Białko ogółem: 59.70 g; Tłuszcz: 20.32 g; Kwasy tł. nasycone: 7.13 g; Węglowodany ogółem: 159.98 g; Błonnik pokarmowy: 7.72 g; Sód: 71.91 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2160.11 kcal; Białko ogółem: 77.10 g; Tłuszcz: 85.98 g; Kwasy tł. nasycone: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 283.13 g; Błonnik pokarmowy: 44.23 g; Sód: 3238.38 mg; suma cukrów prostych: 50.17 g;	Wartość energetyczna: 1474.22 kcal; Białko ogółem: 59.28 g; Tłuszcz: 49.79 g; Kwasy tł. nasycone: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 206.99 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; Sód: 2070.90 mg; suma cukrów prostych: 46.28 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-12 środa	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 100	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 60 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE) Jabłko 100	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 100 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 100 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Gulasz wieprzowy po węgiersku 150 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 130 g (GLU) Gulasz wieprzowy po węgiersku 150 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 100 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 100 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 100 g (JAJ, MLE, SEL)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)		Koktajl bananowy z cukrem 150 (MLE)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Bułka pszenna krojona 20 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Bułka pszenna krojona 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Pomidor 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 1328.94 kcal; Białko ogółem: 53.87 g; Tłuszcz: 46.75 g; Kwasy tł. nasycone: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 181.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.21 g; Sód: 1946.08 mg; suma cukrów prostych: 36.16 g;	Wartość energetyczna: 2533.61 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 98.58 g; Kwasy tł. nasycone: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 326.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.06 g; Sód: 3196.92 mg; suma cukrów prostych: 84.61 g;	Wartość energetyczna: 1914.16 kcal; Białko ogółem: 73.48 g; Tłuszcz: 71.85 g; Kwasy tł. nasycone: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 250.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g; Sód: 2085.39 mg; suma cukrów prostych: 82.69 g;	Wartość energetyczna: 1352.89 kcal; Białko ogółem: 54.35 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kwasy tł. nasycone: 19.73 g; Węglowodany ogółem: 183.44 g; Błonnik pokarmowy: 20.66 g; Sód: 1824.96 mg; suma cukrów prostych: 50.07 g;	Wartość energetyczna: 2374.07 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 88.39 g; Kwasy tł. nasycone: 39.12 g; Węglowodany ogółem: 326.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; Sód: 2678.98 mg; suma cukrów prostych: 81.13 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-12 środa	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE) Jabłko 100	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 100 g (SEL) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki# 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 130 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 250 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 100 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 100 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Gulasz warzywny z fasolą 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Gulasz warzywny z fasolą 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 250 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)	Koktajl bananowy z cukrem 150 (MLE)	Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)	Kisiel o smaku truskawkowym 200	Salatka ryżowa z brokulem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor bez skórki 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor bez skórki 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z olejem 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z ciecierzycy z olejem 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1800.48 kcal; Białko ogółem: 67.83 g; Tłuszcz: 65.67 g; Kwasy tł. nasycone: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 242.72 g; Błonnik pokarmowy: 20.08 g; Sód: 2063.64 mg; suma cukrów prostych: 77.20 g;	Wartość energetyczna: 1364.13 kcal; Białko ogółem: 52.91 g; Tłuszcz: 47.80 g; Kwasy tł. nasycone: 20.10 g; Węglowodany ogółem: 186.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.93 g; Sód: 1397.90 mg; suma cukrów prostych: 47.27 g;	Wartość energetyczna: 2341.50 kcal; Białko ogółem: 77.21 g; Tłuszcz: 78.34 g; Kwasy tł. nasycone: 32.39 g; Węglowodany ogółem: 339.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.04 g; Sód: 2269.16 mg; suma cukrów prostych: 81.99 g;	Wartość energetyczna: 2147.71 kcal; Białko ogółem: 53.49 g; Tłuszcz: 42.06 g; Kwasy tł. nasycone: 5.62 g; Węglowodany ogółem: 393.30 g; Błonnik pokarmowy: 42.10 g; Sód: 1792.99 mg; suma cukrów prostych: 52.23 g;	Wartość energetyczna: 2387.14 kcal; Białko ogółem: 84.72 g; Tłuszcz: 86.64 g; Kwasy tł. nasycone: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 323.37 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; Sód: 3343.73 mg; suma cukrów prostych: 57.27 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-12 środa	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 100 g (SEL) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 250 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem # 100 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 250 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kasza bulgur gotowana 250 g (GLU) Gulasz warzywny z fasolą 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 250 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 250 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem # 100 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Sałatka ryżowa z brokulem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)		Kisiel o smaku truskawkowym 200	Sałatka ryżowa z brokulem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z ciecierzycy z olejem 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2389.13 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kwasy tł. nasycone: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Sód: 2817.96 mg; suma cukrów prostych: 55.00 g;	Wartość energetyczna: 2291.36 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kwasy tł. nasycone: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; Błonnik pokarmowy: 46.01 g; Sód: 3377.55 mg; suma cukrów prostych: 60.15 g;	Wartość energetyczna: 2239.06 kcal; Białko ogółem: 56.43 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kwasy tł. nasycone: 5.73 g; Węglowodany ogółem: 410.84 g; Błonnik pokarmowy: 43.89 g; Sód: 1932.06 mg; suma cukrów prostych: 52.23 g;	Wartość energetyczna: 2441.99 kcal; Białko ogółem: 84.79 g; Tłuszcz: 94.89 g; Kwasy tł. nasycone: 43.18 g; Węglowodany ogółem: 318.45 g; Błonnik pokarmowy: 36.69 g; Sód: 3344.58 mg; suma cukrów prostych: 52.34 g;	Wartość energetyczna: 2389.13 kcal; Białko ogółem: 80.60 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kwasy tł. nasycone: 38.26 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Sód: 2817.96 mg; suma cukrów prostych: 55.00 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-12 środa	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Płatki jaglane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka drobiowa extra 50 g Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Sałata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Jabłko 150
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 250 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ziemniaczana z natką pietruszki# 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 250 g (GLU, SEL) Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem # 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Gulasz warzywny z fasolą 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Potrawka drobiowa z indyka 120 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)		Koktajl bananowy z cukrem 200 (MLE)		Salatka ryżowa z brokułem i jajkiem 120 g (JAJ, MLE, SEL)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Ketchup saszetka 15 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Makaron na mleku 400 g (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy z olejem 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Parówki z szynki 120 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE) Ketchup saszetka 15 g 1 szt
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt			
		Wartość energetyczna: 2291.36 kcal; Białko ogółem: 80.04 g; Tłuszcz: 86.40 g; Kwasy tł. nasycone: 37.62 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; Błonnik pokarmowy: 46.01 g; Sód: 3377.55 mg; suma cukrów prostych: 60.15 g;	Wartość energetyczna: 2320.53 kcal; Białko ogółem: 55.25 g; Tłuszcz: 59.21 g; Kwasy tł. nasycone: 27.39 g; Węglowodany ogółem: 400.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.87 g; Sód: 1915.88 mg; suma cukrów prostych: 51.29 g;	Wartość energetyczna: 2680.35 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 95.13 g; Kwasy tł. nasycone: 41.93 g; Węglowodany ogółem: 370.18 g; Błonnik pokarmowy: 29.69 g; Sód: 2858.82 mg; suma cukrów prostych: 94.99 g;	Wartość energetyczna: 2192.66 kcal; Białko ogółem: 71.36 g; Tłuszcz: 75.39 g; Kwasy tł. nasycone: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 312.31 g; Błonnik pokarmowy: 36.95 g; Sód: 2202.96 mg; suma cukrów prostych: 58.71 g;	Wartość energetyczna: 2234.51 kcal; Białko ogółem: 81.04 g; Tłuszcz: 85.56 g; Kwasy tł. nasycone: 37.51 g; Węglowodany ogółem: 294.47 g; Błonnik pokarmowy: 36.25 g; Sód: 3232.78 mg; suma cukrów prostych: 48.63 g;

		Wegańska D04
2026-08-12 środa	Śniadanie	Platki jaglane na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 120 g (SEL) Salata lodowa 10 g Papryka świeża 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Jabłko 150 g
	Obiad	Ziemniaczana z natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Kasza bulgur gotowana 180 g (GLU) Gulasz warzywny z fasolą 200 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty pekińskiej z kukurydzą z olejem # 150 g Bukiet warzyw gotowanych (marchew, kalafior, brokuł) z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z ciecierzycy z olejem 150 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Ph	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2116.07 kcal; Białko ogółem: 58.76 g; Tłuszcz: 49.41 g; Kwasy tł. nasycone: 6.26 g; Węglowodany ogółem: 362.56 g; Błonnik pokarmowy: 44.35 g; Sód: 1836.82 mg; suma cukrów prostych: 52.64 g;	

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150 g		Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Marchew gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Marchew gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150 g
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Łazanki z kapustą i mięsem wieprzowym z łopatki 300 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml		
	P				Galaretką o smaku brzoskwiniowym z jabłkiem 200 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka jarzynowa lekkostrawna # 120 g (MLE, SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Dynamia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Pasta z kurczaka 60 g Dynamia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
	Wartość energetyczna: 2507.06 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kwasy tł. nasycone: 29.86 g; Węglowodany ogółem: 353.85 g; Błonnik pokarmowy: 43.41 g; Sód: 2548.95 mg; suma cukrów prostych: 68.34 g;	Wartość energetyczna: 2509.90 kcal; Białko ogółem: 106.16 g; Tłuszcz: 81.62 g; Kwasy tł. nasycone: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 350.81 g; Błonnik pokarmowy: 39.97 g; Sód: 2736.51 mg; suma cukrów prostych: 66.96 g;	Wartość energetyczna: 2285.33 kcal; Białko ogółem: 96.28 g; Tłuszcz: 71.71 g; Kwasy tł. nasycone: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 326.70 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; Sód: 2207.69 mg; suma cukrów prostych: 66.05 g;	Wartość energetyczna: 2291.25 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kwasy tł. nasycone: 24.60 g; Węglowodany ogółem: 341.09 g; Błonnik pokarmowy: 32.51 g; Sód: 2255.04 mg; suma cukrów prostych: 67.92 g;	Wartość energetyczna: 2674.58 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 83.73 g; Kwasy tł. nasycone: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 387.32 g; Błonnik pokarmowy: 29.93 g; Sód: 1850.61 mg; suma cukrów prostych: 73.56 g;	

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Marchew gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus mango-jabłko 150 g	Ryż na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami i mięsem # 400 ml (MLE, SEL)	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 130 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 150 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P			Kefir 150 g 1 szt (MLE)		
	Kolacja	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 40 g (SOJ) Pasta z kurczaka 60 g Dynia gotowana 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	
	Pn	Kubuś Mus 100% truskawka jabłko banan marchew 100 g 1 szt		Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)		
		Wartość energetyczna: 2476.03 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 60.22 g; Kwasy tł. nasycone: 12.32 g; Węglowodany ogółem: 403.42 g; Błonnik pokarmowy: 35.01 g; Sód: 1579.96 mg; suma cukrów prostych: 48.59 g;	Wartość energetyczna: 1443.25 kcal; Białko ogółem: 78.29 g; Tłuszcz: 23.18 g; Kwasy tł. nasycone: 8.74 g; Węglowodany ogółem: 239.77 g; Błonnik pokarmowy: 9.80 g; Sód: 5.67 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2321.26 kcal; Białko ogółem: 102.40 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kwasy tł. nasycone: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 311.22 g; Błonnik pokarmowy: 48.87 g; Sód: 2549.97 mg; suma cukrów prostych: 54.92 g;	Wartość energetyczna: 1754.29 kcal; Białko ogółem: 87.83 g; Tłuszcz: 55.72 g; Kwasy tł. nasycone: 19.07 g; Węglowodany ogółem: 232.90 g; Błonnik pokarmowy: 35.84 g; Sód: 1995.32 mg; suma cukrów prostych: 49.39 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет z fasoli 30 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 100	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет z fasoli 20 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 20 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Arbuz 100	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 100 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 100 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 100 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 100 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)	Galaretka o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 g		Galaretka o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 150 g	Galaretka o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 60 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Szynka Maryny 20 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 60 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa lekkostrawna # 120 g (MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
		Wartość energetyczna: 1394.80 kcal; Białko ogółem: 65.64 g; Tłuszcz: 42.75 g; Kwasy tł. nasycone: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 190.91 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sód: 1653.86 mg; suma cukrów prostych: 37.19 g;	Wartość energetyczna: 2545.06 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kwasy tł. nasycone: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 362.82 g; Błonnik pokarmowy: 44.41 g; Sód: 2549.95 mg; suma cukrów prostych: 73.19 g;	Wartość energetyczna: 1994.37 kcal; Białko ogółem: 92.83 g; Tłuszcz: 58.36 g; Kwasy tł. nasycone: 17.00 g; Węglowodany ogółem: 283.94 g; Błonnik pokarmowy: 39.75 g; Sód: 2031.06 mg; suma cukrów prostych: 65.49 g;	Wartość energetyczna: 1303.15 kcal; Białko ogółem: 55.15 g; Tłuszcz: 36.53 g; Kwasy tł. nasycone: 12.78 g; Węglowodany ogółem: 193.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; Sód: 1412.58 mg; suma cukrów prostych: 33.90 g;	Wartość energetyczna: 2323.33 kcal; Białko ogółem: 96.84 g; Tłuszcz: 71.91 g; Kwasy tł. nasycone: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; Błonnik pokarmowy: 30.05 g; Sód: 2208.69 mg; suma cukrów prostych: 70.90 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет warzywny 20 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 20 g Mix салат 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Arbuz 100	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Ser kremowy topiony z ziołami 22,5 g trójkąt 1 szt (MLE) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 100 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 130 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 250 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 100 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 100 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 300 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 300 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 250 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Galaretka o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 g	Galaretka o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 150 g	Kisiel o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 ml		Galaretka o smaku brzoskwińowym z jabłkiem 200 g
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa lekkostrawna # 120 g (MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Szynka Maryny 20 g Salatka jarzynowa lekkostrawna # 60 g (MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Paszтет Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Salatka jarzynowa z groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
		Wartość energetyczna: 1674.01 kcal; Białko ogółem: 78.66 g; Tłuszcz: 48.66 g; Kwasy tł. nasycone: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 239.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g; Sód: 1640.46 mg; suma cukrów prostych: 62.94 g;	Wartość energetyczna: 1205.77 kcal; Białko ogółem: 51.50 g; Tłuszcz: 33.86 g; Kwasy tł. nasycone: 12.70 g; Węglowodany ogółem: 180.13 g; Błonnik pokarmowy: 18.17 g; Sód: 1189.70 mg; suma cukrów prostych: 33.75 g;	Wartość energetyczna: 2563.72 kcal; Białko ogółem: 76.62 g; Tłuszcz: 98.77 g; Kwasy tł. nasycone: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 396.32 g; Błonnik pokarmowy: 44.44 g; Sód: 2814.29 mg; suma cukrów prostych: 66.24 g;	Wartość energetyczna: 2150.91 kcal; Białko ogółem: 62.22 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kwasy tł. nasycone: 7.70 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; Błonnik pokarmowy: 47.73 g; Sód: 2768.30 mg; suma cukrów prostych: 55.20 g;	Wartość energetyczna: 2659.41 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 88.33 g; Kwasy tł. nasycone: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 367.80 g; Błonnik pokarmowy: 46.32 g; Sód: 2564.30 mg; suma cukrów prostych: 58.28 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 100 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa dębowa drobiowa 40 g Mix салат 20 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 250 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 250 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 300 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 250 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 250 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Galaretka o smaku brzoskwiowym z jabłkiem 200 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE)	Kisiel o smaku brzoskwiowym z jabłkiem 200 ml	Galaretka o smaku brzoskwiowym z jabłkiem 200 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa lekkostrawna # 120 g (MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Paszтет Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Salatka jarzynowa z groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Salatka jarzynowa lekkostrawna # 120 g (MLE, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
		Wartość energetyczna: 2444.00 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kwasy tł. nasycone: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; Sód: 2225.20 mg; suma cukrów prostych: 56.69 g;	Wartość energetyczna: 2551.55 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 91.81 g; Kwasy tł. nasycone: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 335.88 g; Błonnik pokarmowy: 53.08 g; Sód: 2648.18 mg; suma cukrów prostych: 57.08 g;	Wartość energetyczna: 2150.91 kcal; Białko ogółem: 62.22 g; Tłuszcz: 65.96 g; Kwasy tł. nasycone: 7.70 g; Węglowodany ogółem: 374.85 g; Błonnik pokarmowy: 47.73 g; Sód: 2768.30 mg; suma cukrów prostych: 55.20 g;	Wartość energetyczna: 2659.41 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 88.33 g; Kwasy tł. nasycone: 35.35 g; Węglowodany ogółem: 367.80 g; Błonnik pokarmowy: 46.32 g; Sód: 2564.30 mg; suma cukrów prostych: 58.28 g;	Wartość energetyczna: 2444.00 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kwasy tł. nasycone: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; Błonnik pokarmowy: 30.96 g; Sód: 2225.20 mg; suma cukrów prostych: 56.69 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa żebowa drobiowa 40 g Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa żebowa drobiowa 40 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет warzywny 60 g (GLU, JAJ, SEL) Szynkowa żebowa drobiowa 40 g Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Ser kremowy topiony z ziołami 22,5 g trójkąt 1 szt (MLE) Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z fasoli 60 g (GLU, JAJ) Szynkowa żebowa drobiowa 40 g Mix sałat 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Arbuz 150
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 250 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 150 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Brokuł gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 300 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Makaron pełnoziarnisty gotowany 180 g (GLU) Sos boloński z mięsem wieprzowym 200 g (GLU, SEL) Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 200 g (SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)		Kefir 150 g 1 szt (MLE)		Kefir 150 g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 50 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna z olejem 120 g (JAJ, SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Sałatka jarzynowa lekkostrawna # 120 g (MLE, SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Sałatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałatka jarzynowa z jajkiem groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, MLE, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)				
		Wartość energetyczna: 2551.55 kcal; Białko ogółem: 108.54 g; Tłuszcz: 91.81 g; Kwasy tł. nasycone: 37.33 g; Węglowodany ogółem: 335.88 g; Błonnik pokarmowy: 53.08 g; Sód: 2648.18 mg; suma cukrów prostych: 57.08 g;	Wartość energetyczna: 2173.11 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 67.54 g; Kwasy tł. nasycone: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 317.87 g; Błonnik pokarmowy: 31.41 g; Sód: 2119.53 mg; suma cukrów prostych: 56.06 g;	Wartość energetyczna: 2681.33 kcal; Białko ogółem: 113.64 g; Tłuszcz: 79.38 g; Kwasy tł. nasycone: 33.05 g; Węglowodany ogółem: 394.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; Sód: 2346.89 mg; suma cukrów prostych: 81.86 g;	Wartość energetyczna: 2409.32 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 98.69 g; Kwasy tł. nasycone: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 357.90 g; Błonnik pokarmowy: 44.04 g; Sód: 2812.32 mg; suma cukrów prostych: 64.30 g;	Wartość energetyczna: 2306.86 kcal; Białko ogółem: 103.82 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kwasy tł. nasycone: 31.55 g; Węglowodany ogółem: 304.08 g; Błonnik pokarmowy: 41.49 g; Sód: 2454.57 mg; suma cukrów prostych: 53.50 g;

		Wegańska D04	
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 100 g (SEL) Mix салат 20 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Arbuz 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami (bez mleka) # 350 ml (SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 300 g Surówka wielowarzywna z kapusty białej i czerwonej z olejem # 150 g (SEL) Brokuł gotowany z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P		
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasztecik Sojowy z Pomidorami 113g 1 szt (GLU, SOJ, MLE) Salatka jarzynowa z groszkiem i kukurydzą # 120 g (JAJ, SEL) Salata zielona masłowa 10 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	
	Pn	Pieczywo chrupkie jaglane z nasionami chia 30g 1 szt (GLU, ORZ, SEZ)	
		Wartość energetyczna: 1996.51 kcal; Białko ogółem: 62.14 g; Tłuszcz: 65.88 g; Kwasy tł. nasycone: 7.69 g; Węglowodany ogółem: 336.43 g; Błonnik pokarmowy: 47.33 g; Sód: 2766.33 mg; suma cukrów prostych: 53.26 g;	

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Latwostrawna D02	6/5-Latwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Latwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11	
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g		Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twarożek 70 g (MLE) Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Ryżowa z ziemniakami z natką pietruszki 350 ml (SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml		
	P					Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Pasta warzywna 60 g (SEL) Zielonogórska kielbasa wieprzowa 40 g Salata zielona masłowa 10 g Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Platki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		
	Ph	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)					
		Wartość energetyczna: 2242.32 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 72.67 g; Kwasy tł. nasycone: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.63 g; Sód: 1835.13 mg; suma cukrów prostych: 72.30 g;	Wartość energetyczna: 2315.90 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 74.17 g; Kwasy tł. nasycone: 30.16 g; Węglowodany ogółem: 339.36 g; Błonnik pokarmowy: 34.52 g; Sód: 1923.12 mg; suma cukrów prostych: 73.45 g;	Wartość energetyczna: 2208.55 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kwasy tł. nasycone: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 315.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; Sód: 1763.11 mg; suma cukrów prostych: 66.05 g;	Wartość energetyczna: 2360.10 kcal; Białko ogółem: 96.17 g; Tłuszcz: 73.38 g; Kwasy tł. nasycone: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 341.57 g; Błonnik pokarmowy: 33.50 g; Sód: 1784.58 mg; suma cukrów prostych: 59.63 g;	Wartość energetyczna: 2706.37 kcal; Białko ogółem: 103.61 g; Tłuszcz: 91.61 g; Kwasy tł. nasycone: 36.33 g; Węglowodany ogółem: 383.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.44 g; Sód: 2024.95 mg; suma cukrów prostych: 68.93 g;	

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Herbata czarna z cukrem 250 ml Seler z pietruszką gotowany 100 g (SEL) Mus z jabłek prażonych 150 g	Zacierka na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, JAJ, MLE)	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 40 g (SEL) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Sok pomidorowy 200 ml kubek 1 szt Melon 150		Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 40 g (SEL) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Sok pomidorowy 200 ml kubek 1 szt Melon 150
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka) # 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami, mięsem i natką pietruszki # 400 g (GLU, MLE, SEL)	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml		Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 250 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)	
	Kolacja	Płatki owsiane na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem (bez mleka) 100 g (JAJ) Pasta z brokułu z natką pietruszki 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt		
		Wartość energetyczna: 2335.96 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kwasy tł. nasycone: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 361.33 g; Błonnik pokarmowy: 37.50 g; Sód: 1495.32 mg; suma cukrów prostych: 42.85 g;	Wartość energetyczna: 1510.25 kcal; Białko ogółem: 86.29 g; Tłuszcz: 29.57 g; Kwasy tł. nasycone: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 235.86 g; Błonnik pokarmowy: 13.44 g; Sód: 2.11 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 2211.04 kcal; Białko ogółem: 91.63 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kwasy tł. nasycone: 37.10 g; Węglowodany ogółem: 290.88 g; Błonnik pokarmowy: 46.53 g; Sód: 2301.13 mg; suma cukrów prostych: 43.95 g;	Wartość energetyczna: 2147.76 kcal; Białko ogółem: 95.11 g; Tłuszcz: 83.67 g; Kwasy tł. nasycone: 38.06 g; Węglowodany ogółem: 269.64 g; Błonnik pokarmowy: 41.85 g; Sód: 1993.16 mg; suma cukrów prostych: 44.99 g;	Wartość energetyczna: 1613.62 kcal; Białko ogółem: 85.26 g; Tłuszcz: 61.97 g; Kwasy tł. nasycone: 26.15 g; Węglowodany ogółem: 188.82 g; Błonnik pokarmowy: 29.82 g; Sód: 1481.20 mg; suma cukrów prostych: 39.69 g;

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Masłanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 40 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Sok pomidorowy 200 ml kubek 1 szt Melon 100	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Melon 100	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 250 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Filet z ryby pieczony 50 g (RYB) Sos cytrynowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 250 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 250 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Filet z ryby pieczony 50 g (RYB) Sos cytrynowy 30 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)				
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 50 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Bułka pszenna krojona 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Bułka pszenna krojona 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 50 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)			
		Wartość energetyczna: 1365.46 kcal; Białko ogółem: 68.14 g; Tłuszcz: 48.86 g; Kwasy tł. nasycone: 22.32 g; Węglowodany ogółem: 171.97 g; Błonnik pokarmowy: 25.83 g; Sód: 1204.84 mg; suma cukrów prostych: 30.45 g;	Wartość energetyczna: 2467.32 kcal; Białko ogółem: 103.90 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kwasy tł. nasycone: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; Błonnik pokarmowy: 32.96 g; Sód: 1920.60 mg; suma cukrów prostych: 77.81 g;	Wartość energetyczna: 1842.31 kcal; Białko ogółem: 87.43 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kwasy tł. nasycone: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 243.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.71 g; Sód: 1405.17 mg; suma cukrów prostych: 69.42 g;	Wartość energetyczna: 1320.92 kcal; Białko ogółem: 61.49 g; Tłuszcz: 45.03 g; Kwasy tł. nasycone: 20.96 g; Węglowodany ogółem: 175.28 g; Błonnik pokarmowy: 17.80 g; Sód: 888.31 mg; suma cukrów prostych: 36.06 g;	Wartość energetyczna: 2375.05 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kwasy tł. nasycone: 39.17 g; Węglowodany ogółem: 321.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.68 g; Sód: 1833.61 mg; suma cukrów prostych: 69.05 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01	
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Zacierka na mleku 200 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 200 ml Melon 100	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 70 g (SEL) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Filet z ryby pieczony 80 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 250 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Filet z ryby pieczony 50 g (RYB) Sos cytrynowy 30 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet z ciecierzycy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka) # 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet z ciecierzycy (bez jaj) 100 g (GLU, SEL) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	
	P	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 szt (MLE)				Deser sojowy o smaku waniliowym 125 g 1 szt (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 (MLE) Mieszanka studencka 20 (OZI, ORZ)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 50 g Pomidor bez skórki 100 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 50 g (JAJ, MLE) Pomidor bez skórki 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Salatka z soczewicą i pomidorami 150 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	
	Ph	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)				Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)
	Wartość energetyczna: 1658.46 kcal; Białko ogółem: 77.05 g; Tłuszcz: 49.63 g; Kwasy tł. nasycone: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 233.97 g; Błonnik pokarmowy: 19.35 g; Sód: 1384.81 mg; suma cukrów prostych: 59.67 g;	Wartość energetyczna: 1331.21 kcal; Białko ogółem: 61.75 g; Tłuszcz: 44.64 g; Kwasy tł. nasycone: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 177.11 g; Błonnik pokarmowy: 15.25 g; Sód: 898.87 mg; suma cukrów prostych: 35.11 g;	Wartość energetyczna: 2424.53 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 80.77 g; Kwasy tł. nasycone: 37.97 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; Sód: 1925.62 mg; suma cukrów prostych: 76.52 g;	Wartość energetyczna: 2054.83 kcal; Białko ogółem: 62.62 g; Tłuszcz: 40.39 g; Kwasy tł. nasycone: 5.42 g; Węglowodany ogółem: 373.09 g; Błonnik pokarmowy: 44.96 g; Sód: 1878.69 mg; suma cukrów prostych: 62.01 g;	Wartość energetyczna: 2658.72 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 99.59 g; Kwasy tł. nasycone: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g; Sód: 1992.87 mg; suma cukrów prostych: 61.45 g;		

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 40 g (SEL) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Sok pomidorowy 200 ml kubek 1 szt Melon 150	Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 70 g (SEL) Dżem brzoskwinowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka) # 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Pulpet z ciecierzycy (bez jaj) 100 g (GLU, SEL) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g	Deser sojowy waniliowy z wapniem i wit. 125g. 1 (SOJ)	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 (MLE) Mieszanka studencka 20 (OZI, ORZ)	Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Salatka z soczewicą i pomidorami 150 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Ph	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt		Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)	
		Wartość energetyczna: 2500.65 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 89.30 g; Kwasy tł. nasycone: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 331.17 g; Błonnik pokarmowy: 26.32 g; Sód: 1944.41 mg; suma cukrów prostych: 54.83 g;	Wartość energetyczna: 2274.18 kcal; Białko ogółem: 91.18 g; Tłuszcz: 89.39 g; Kwasy tł. nasycone: 42.35 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; Błonnik pokarmowy: 44.74 g; Sód: 2208.71 mg; suma cukrów prostych: 45.27 g;	Wartość energetyczna: 2113.88 kcal; Białko ogółem: 64.13 g; Tłuszcz: 40.60 g; Kwasy tł. nasycone: 5.55 g; Węglowodany ogółem: 386.51 g; Błonnik pokarmowy: 45.44 g; Sód: 1898.14 mg; suma cukrów prostych: 62.59 g;	Wartość energetyczna: 2658.72 kcal; Białko ogółem: 109.44 g; Tłuszcz: 99.59 g; Kwasy tł. nasycone: 45.31 g; Węglowodany ogółem: 346.60 g; Błonnik pokarmowy: 34.45 g; Sód: 1992.87 mg; suma cukrów prostych: 61.45 g;	Wartość energetyczna: 2427.65 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 88.40 g; Kwasy tł. nasycone: 44.61 g; Węglowodany ogółem: 317.17 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g; Sód: 1944.41 mg; suma cukrów prostych: 54.83 g;

	33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06	
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 40 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 25 g 1 szt Twaróg półtłusty plastry 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Dżem brzoskwinowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g	Maślanka naturalna 330 ml 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Twaróg półtłusty plastry 70 g (MLE) Pasta z fasoli konserwowej 40 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 150 g Herbata czarna z cytryną bez cukru 250 ml Melon 150
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 50 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Warzywa po grecku z olejem 150 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet z ciecierzycy 100 g (GLU, JAJ, SEL) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami i natką pietruszki # 350 g (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z ryby pieczony 100 g (RYB) Sos cytrynowy 80 ml (GLU, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 20 g		Serek homogenizowany naturalny 150 g 1 (MLE)		Sok pomidorowy 200 ml kubek 1 Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 20 g (MLE) Papryka świeża 50 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka tostowa z kurcząt 40 g Miód 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (GLU, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Rzodkiewka 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g (JAJ, MLE) Rzodkiewka 150 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt	Lubella Owsianka z bananami i truskawkami 100g 1 szt (GLU, MLE)			
		Wartość energetyczna: 2285.18 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 88.89 g; Kwasy tł. nasycone: 42.25 g; Węglowodany ogółem: 297.25 g; Błonnik pokarmowy: 46.14 g; Sód: 2212.64 mg; suma cukrów prostych: 45.27 g;	Wartość energetyczna: 2202.63 kcal; Białko ogółem: 62.60 g; Tłuszcz: 52.12 g; Kwasy tł. nasycone: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 380.53 g; Błonnik pokarmowy: 26.24 g; Sód: 1662.40 mg; suma cukrów prostych: 55.02 g;	Wartość energetyczna: 2653.25 kcal; Białko ogółem: 123.68 g; Tłuszcz: 89.49 g; Kwasy tł. nasycone: 42.30 g; Węglowodany ogółem: 353.83 g; Błonnik pokarmowy: 27.44 g; Sód: 2309.91 mg; suma cukrów prostych: 81.41 g;	Wartość energetyczna: 2258.03 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 70.27 g; Kwasy tł. nasycone: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; Sód: 1855.12 mg; suma cukrów prostych: 73.52 g;	Wartość energetyczna: 2311.16 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 84.23 g; Kwasy tł. nasycone: 37.20 g; Węglowodany ogółem: 306.50 g; Błonnik pokarmowy: 41.30 g; Sód: 2303.83 mg; suma cukrów prostych: 46.63 g;

Wegańska D04	
2026-08-14 piątek	Śniadanie Makaron na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta z fasoli konserwowej 70 g (SEL) Dżem brzoskwiniowy 25 g 1 szt Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml Melon 150 g
	Obiad Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka) # 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet z ciecierzycy (bez jaj) 100 g (GLU, SEL) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Surówka z kapusty białej z olejem 150 g Warzywa po grecku z olejem 100 g (GLU, SEL) Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka z soczewicą i pomidorami 150 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn
Wartość energetyczna: 1899.58 kcal; Białko ogółem: 58.02 g; Tłuszcz: 37.64 g; Kwasy tł. nasycone: 4.94 g; Węglowodany ogółem: 345.96 g; Błonnik pokarmowy: 42.94 g; Sód: 1807.95 mg; suma cukrów prostych: 62.01 g;	

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11	
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Łopatką z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g		Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Łopatką z pietruszką 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Łopatką z pietruszką 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Dyńia gotowana 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Dyńia gotowana 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g	
	Obiad	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka pieczony 100 g (GLU) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet mielony drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P					Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Pasta warzywna z cukinią 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Ryż na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Pasta warzywna z cukinią 100 g (SEL) Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)			Wafle ryżowe 30 g		KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt
	Wartość energetyczna: 2682.04 kcal; Białko ogółem: 98.49 g; Tłuszcz: 85.24 g; Kwasy tł. nasycone: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 390.81 g; Błonnik pokarmowy: 42.57 g; Sód: 2031.83 mg; suma cukrów prostych: 82.45 g;	Wartość energetyczna: 2798.02 kcal; Białko ogółem: 92.49 g; Tłuszcz: 95.07 g; Kwasy tł. nasycone: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 404.33 g; Błonnik pokarmowy: 43.66 g; Sód: 2212.54 mg; suma cukrów prostych: 83.00 g;	Wartość energetyczna: 2117.83 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kwasy tł. nasycone: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; Błonnik pokarmowy: 24.44 g; Sód: 1568.12 mg; suma cukrów prostych: 82.44 g;	Wartość energetyczna: 2201.80 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kwasy tł. nasycone: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.19 g; Sód: 1633.36 mg; suma cukrów prostych: 99.87 g;	Wartość energetyczna: 2787.38 kcal; Białko ogółem: 109.19 g; Tłuszcz: 91.64 g; Kwasy tł. nasycone: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 399.15 g; Błonnik pokarmowy: 33.06 g; Sód: 1909.89 mg; suma cukrów prostych: 76.47 g;		

9- Papkowata bezmleczna D11/ML		11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Miód 25 g 1 szt Dyńa gotowana 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus owocowy 150 g	Kasza manna na mleku wzmocnione 400 ml (GLU, MLE)	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Łopatka z pietruszką 40 g Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Łopatka z pietruszką 40 g Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Jarzynowa z zacierką (bez mleka) 350 ml (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Pulpet drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pietruszkowy (bez mleka) 80 ml (GLU) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami i mięsem # 400 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL)	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 100 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P			Koktajl owocowy bez cukru 200 (MLE)	
	Kolacja	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta warzywna 60 g (SEL) Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Pasta warzywna z cukinią 100 g (SEL) Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Ryż na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sałatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 120 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sałatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 120 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	KUBUŚ-Mus jabłko mango banan + kasza jaglana 100 g 1 szt		Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	
Wartość energetyczna: 2691.04 kcal; Białko ogółem: 77.52 g; Tłuszcz: 57.73 g; Kwasy tł. nasycone: 11.72 g; Węglowodany ogółem: 479.81 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sód: 1629.35 mg; suma cukrów prostych: 56.25 g;		Wartość energetyczna: 1552.21 kcal; Białko ogółem: 80.88 g; Tłuszcz: 23.68 g; Kwasy tł. nasycone: 8.96 g; Węglowodany ogółem: 263.18 g; Błonnik pokarmowy: 11.49 g; Sód: 5.81 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;		Wartość energetyczna: 2078.79 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 68.68 g; Kwasy tł. nasycone: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 287.04 g; Błonnik pokarmowy: 42.51 g; Sód: 1797.82 mg; suma cukrów prostych: 49.59 g;	
Wartość energetyczna: 1596.00 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 49.08 g; Kwasy tł. nasycone: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 214.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g; Sód: 1273.68 mg; suma cukrów prostych: 45.56 g;					

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 30 g (GLU, JAJ) Łopatka z pietruszką 30 g Roszponka 20 g Kalarepa 60 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 100	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Łopatka z pietruszką 20 g Paszтет z ciecierzycy 20 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Pomidor 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Banan 100	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150
	Obiad	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy 30 ml (GLU, MLE) Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Nuggetsy drobiowe 100 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana z olejem 100 g Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Nuggetsy drobiowe 100 g (GLU, JAJ) Marchew gotowana z olejem 100 g Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Sos pietruszkowy 30 ml (GLU, MLE) Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Sałatka z sałaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Koktajl owocowy bez cukru 150 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)		Koktajl owocowy z cukrem 150 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Sałatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sałatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 120 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sałatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 120 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sałatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Sałatka z pomidora i sałaty lodowej z olejem 120 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)			Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 1251.29 kcal; Białko ogółem: 58.30 g; Tłuszcz: 37.79 g; Kwasy tł. nasycone: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 177.31 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g; Sód: 1098.05 mg; suma cukrów prostych: 35.33 g;	Wartość energetyczna: 2887.52 kcal; Białko ogółem: 99.47 g; Tłuszcz: 94.12 g; Kwasy tł. nasycone: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 423.18 g; Błonnik pokarmowy: 44.21 g; Sód: 2266.39 mg; suma cukrów prostych: 92.66 g;	Wartość energetyczna: 2391.85 kcal; Białko ogółem: 88.44 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kwasy tł. nasycone: 23.46 g; Węglowodany ogółem: 350.46 g; Błonnik pokarmowy: 39.25 g; Sód: 1786.44 mg; suma cukrów prostych: 90.61 g;	Wartość energetyczna: 1617.39 kcal; Białko ogółem: 59.88 g; Tłuszcz: 44.98 g; Kwasy tł. nasycone: 19.83 g; Węglowodany ogółem: 247.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.61 g; Sód: 1214.36 mg; suma cukrów prostych: 51.16 g;	Wartość energetyczna: 2226.59 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 65.41 g; Kwasy tł. nasycone: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 325.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; Sód: 1633.68 mg; suma cukrów prostych: 93.44 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Łopatka z pietruszką 50 g Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor bez skórki 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Łopatka z pietruszką 20 g Pasta z twarogu z koperkiem 20 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Banan 100	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150
	Obiad	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 250 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Nuggetsy drobiowe 50 g (GLU, JAJ) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem 150 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem na napoju sojowym 200 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 60 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe 30 g		Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 30 g	Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)
		Wartość energetyczna: 1706.26 kcal; Białko ogółem: 82.54 g; Tłuszcz: 45.54 g; Kwasy tł. nasycone: 19.55 g; Węglowodany ogółem: 253.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.59 g; Sód: 1117.83 mg; suma cukrów prostych: 90.70 g;	Wartość energetyczna: 1295.04 kcal; Białko ogółem: 53.67 g; Tłuszcz: 35.82 g; Kwasy tł. nasycone: 15.06 g; Węglowodany ogółem: 197.60 g; Błonnik pokarmowy: 15.24 g; Sód: 891.70 mg; suma cukrów prostych: 52.19 g;	Wartość energetyczna: 3125.27 kcal; Białko ogółem: 131.30 g; Tłuszcz: 98.34 g; Kwasy tł. nasycone: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 424.06 g; Błonnik pokarmowy: 57.97 g; Sód: 2385.29 mg; suma cukrów prostych: 94.67 g;	Wartość energetyczna: 2622.70 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kwasy tł. nasycone: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 443.34 g; Błonnik pokarmowy: 50.92 g; Sód: 2314.94 mg; suma cukrów prostych: 87.22 g;	Wartość energetyczna: 2789.86 kcal; Białko ogółem: 103.23 g; Tłuszcz: 95.03 g; Kwasy tł. nasycone: 41.87 g; Węglowodany ogółem: 395.37 g; Błonnik pokarmowy: 42.75 g; Sód: 1985.68 mg; suma cukrów prostych: 80.30 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Banan 150
	Obiad	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 100 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)	Koktajl owocowy bez cukru 200 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem na napoju sojowym 200 (MLE)	Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos koperkowy 20 ml (GLU, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	Wafle ryżowe 30 g	Baton z musli z żurawiną i truskawką 23,5g 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2246.34 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kwasy tł. nasycone: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 317.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.91 g; Sód: 1548.31 mg; suma cukrów prostych: 75.01 g;	Wartość energetyczna: 2178.30 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kwasy tł. nasycone: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 285.34 g; Błonnik pokarmowy: 44.20 g; Sód: 1766.36 mg; suma cukrów prostych: 50.39 g;	Wartość energetyczna: 2675.25 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 52.15 g; Kwasy tł. nasycone: 14.50 g; Węglowodany ogółem: 456.09 g; Błonnik pokarmowy: 51.39 g; Sód: 2341.68 mg; suma cukrów prostych: 86.95 g;	Wartość energetyczna: 2735.91 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 87.33 g; Kwasy tł. nasycone: 40.55 g; Węglowodany ogółem: 399.68 g; Błonnik pokarmowy: 42.75 g; Sód: 1896.51 mg; suma cukrów prostych: 84.87 g;	Wartość energetyczna: 2304.39 kcal; Białko ogółem: 99.38 g; Tłuszcz: 73.78 g; Kwasy tł. nasycone: 37.42 g; Węglowodany ogółem: 325.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g; Sód: 1655.47 mg; suma cukrów prostych: 79.67 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Pasta warzywna 60 g (SEL) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Łopatka z pietruszką 40 g Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE) Roszponka 20 g Pomidor 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5 % tł. 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna 1 szt 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Paszтет z ciecierzycy 60 g (GLU, JAJ) Łopatka z pietruszką 40 g Roszponka 20 g Kalarepa 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 100 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Kalafiorowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 60 g (MLE) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Jarzynowa z zacierką i ziemniakami # 350 ml (GLU, JAJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos pietruszkowy 80 ml (GLU, MLE) Salatka z salaty masłowej z jogurtem 100 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Koktajl owocowy bez cukru 200 (MLE)		Koktajl owocowy z cukrem 200 (MLE)		Koktajl owocowy bez cukru 200 (MLE) Sok pomidorowy 300 ml 1 szt
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Ryż na mleku 350 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 2 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Sos majonezowy 20 g (JAJ, MLE) Serek homogenizowany naturalny z ziołami 60 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 120 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Szynkowa dębowa drobiowa 30 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i salaty lodowej z olejem 150 g Salata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Wafle ryżowe ze słonecznikiem 30 g	Wafle ryżowe 30 g		Baton z musli z żurawiną i truskawką. 23,5g 1 szt (GLU, MLE)	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2178.30 kcal; Białko ogółem: 92.37 g; Tłuszcz: 83.05 g; Kwasy tł. nasycone: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 285.34 g; Błonnik pokarmowy: 44.20 g; Sód: 1766.36 mg; suma cukrów prostych: 50.39 g;	Wartość energetyczna: 2320.65 kcal; Białko ogółem: 77.16 g; Tłuszcz: 56.00 g; Kwasy tł. nasycone: 24.21 g; Węglowodany ogółem: 391.93 g; Błonnik pokarmowy: 31.10 g; Sód: 1414.26 mg; suma cukrów prostych: 77.09 g;	Wartość energetyczna: 2478.64 kcal; Białko ogółem: 112.65 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kwasy tł. nasycone: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 357.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.50 g; Sód: 1784.82 mg; suma cukrów prostych: 103.84 g;	Wartość energetyczna: 3016.51 kcal; Białko ogółem: 125.77 g; Tłuszcz: 95.58 g; Kwasy tł. nasycone: 42.84 g; Węglowodany ogółem: 406.82 g; Błonnik pokarmowy: 56.53 g; Sód: 2319.73 mg; suma cukrów prostych: 83.67 g;	Wartość energetyczna: 2202.03 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 68.52 g; Kwasy tł. nasycone: 30.46 g; Węglowodany ogółem: 312.31 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g; Sód: 2456.50 mg; suma cukrów prostych: 50.38 g;

		Wegańska D04
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Kasza manna na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka grahamka 1 szt (GLU) Margaryna roślinna 15 g Hummus 100 g (SEZ) Roszponka 20 g Kalarepa 80 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Banan 150 g
	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami i natką pietruszki (bez mleka) # 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Marchew gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Salata zielona masłowa 10 g Salatka z pomidora, ogórka, papryki i sałaty lodowej z olejem 120 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Pn	Wafle ryżowe 30 g
		Wartość energetyczna: 2513.94 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kwasy tł. nasycone: 12.93 g; Węglowodany ogółem: 426.10 g; Błonnik pokarmowy: 49.48 g; Sód: 2249.38 mg; suma cukrów prostych: 76.22 g;

		1-Podstawowa D01	2-Podstawowa II D01	4-Łatwostrawna D02	6/5-Łatwostrawna z ogr. tłuszczu-5-posiłkowa D05	8-Łatwostrawna rozdrobniona- Papkowata D11	
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150 g		Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jabłko 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Salata zielona masłowa 10 g Pasta warzywna 100 g (SEL) Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jabłko pieczone 150	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Pasta z twarogu 60 g (MLE) Marchew gotowana 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet schabowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Udziec z kurczaka pieczony 150 g Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	
	P					Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Salata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 10 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Cukinia pieczona z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)		
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2179.93 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 70.62 g; Kwasy tł. nasycone: 30.70 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; Sód: 2350.61 mg; suma cukrów prostych: 59.62 g;	Wartość energetyczna: 2093.27 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 63.11 g; Kwasy tł. nasycone: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; Sód: 2344.55 mg; suma cukrów prostych: 59.57 g;	Wartość energetyczna: 2098.34 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 61.29 g; Kwasy tł. nasycone: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 304.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Sód: 2086.38 mg; suma cukrów prostych: 61.54 g;	Wartość energetyczna: 2228.73 kcal; Białko ogółem: 94.35 g; Tłuszcz: 62.94 g; Kwasy tł. nasycone: 26.00 g; Węglowodany ogółem: 333.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g; Sód: 2260.59 mg; suma cukrów prostych: 63.51 g;	Wartość energetyczna: 2509.13 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 78.53 g; Kwasy tł. nasycone: 33.98 g; Węglowodany ogółem: 361.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; Sód: 1663.26 mg; suma cukrów prostych: 62.80 g;		

		9- Papkowata bezmleczna D11/ML	11-Płynna wzmocniona D12	12-Z ogr. łatwo przy. węglowodanów D03	16-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 10-18 lat P03	17-Z ogr. łat. przy. węgl. dzieci 4-9 lat P03
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 50 g (SOJ) Pasta warzywna 60 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Mus z jabłek prażonych 150 g	Kasza kukurydziana na mleku wzmocnione 400 ml (MLE)	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150		Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 g (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane puree # 180 g (MLE) Pulpet wieprzowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Szpinak gotowany z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem i mięsem 400 ml (GLU, MLE, SEL)	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml		Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Mizeria 150 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P			Salatka z ciecierzycą, sałata, pomidorami i ogórkiem 120 g		Salatka z ciecierzycą, sałata, pomidorami i ogórkiem 100 g
	Kolacja	Zacierka na wywarze jarzynowym 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Bułka pszenna krojona 100 g (GLU) Tłuszcz do smarowania 10g 1 szt Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z wędliny z natką pietruszki 60 g (SOJ) Cukinia pieczona z olejem 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku wzmocniona 400 ml (GLU, JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka Maryny 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka Maryny 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2167.94 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 55.53 g; Kwasy tł. nasycone: 13.09 g; Węglowodany ogółem: 349.57 g; Błonnik pokarmowy: 31.95 g; Sód: 1536.99 mg; suma cukrów prostych: 44.47 g;	Wartość energetyczna: 1479.32 kcal; Białko ogółem: 81.78 g; Tłuszcz: 24.93 g; Kwasy tł. nasycone: 9.22 g; Węglowodany ogółem: 239.35 g; Błonnik pokarmowy: 11.34 g; Sód: 5.94 mg; suma cukrów prostych: 0.00 g;	Wartość energetyczna: 1968.08 kcal; Białko ogółem: 100.11 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kwasy tł. nasycone: 32.28 g; Węglowodany ogółem: 258.57 g; Błonnik pokarmowy: 39.07 g; Sód: 2533.89 mg; suma cukrów prostych: 44.03 g;	Wartość energetyczna: 1465.83 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 46.22 g; Kwasy tł. nasycone: 20.40 g; Węglowodany ogółem: 183.77 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g; Sód: 2013.63 mg; suma cukrów prostych: 39.16 g;	

		18-Z ogr. lat. przy. węgl. dzieci do 3 lat P03	19-Podstawowa dzieci 10-18 lat P01	20-Podstawowa dzieci 4-9 lat P01	21-Podstawowa dzieci do 3 lat P01	22-Latwostrawna dzieci 10-18 lat P02
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 60 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 100	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Brzoskwinia 100	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Schab gotowany 50 g Sos własny 30 ml (GLU, SEL) Mizeria 100 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet schabowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Kotlet schabowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Mizeria 100 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Kotlet schabowy pieczony 50 g (GLU, JAJ) Mizeria 100 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	Salatka z ciecierzycą, sałata, pomidorami i ogórkiem 100 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml			Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka Maryny 30 g Pomidor 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU) Bułka pszenna krojona 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 20 g (GLU) Bułka pszenna krojona 20 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 30 g Pomidor 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1064.78 kcal; Białko ogółem: 52.35 g; Tłuszcz: 27.40 g; Kwasy tł. nasycone: 11.87 g; Węglowodany ogółem: 161.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.65 g; Sód: 1272.05 mg; suma cukrów prostych: 30.72 g;	Wartość energetyczna: 2325.53 kcal; Białko ogółem: 88.64 g; Tłuszcz: 72.11 g; Kwasy tł. nasycone: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 343.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Sód: 2324.31 mg; suma cukrów prostych: 61.93 g;	Wartość energetyczna: 1690.84 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz: 49.72 g; Kwasy tł. nasycone: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 247.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g; Sód: 1792.44 mg; suma cukrów prostych: 52.95 g;	Wartość energetyczna: 1131.13 kcal; Białko ogółem: 43.41 g; Tłuszcz: 27.98 g; Kwasy tł. nasycone: 11.03 g; Węglowodany ogółem: 183.04 g; Błonnik pokarmowy: 14.98 g; Sód: 1091.37 mg; suma cukrów prostych: 28.14 g;	Wartość energetyczna: 2216.64 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kwasy tł. nasycone: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 334.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.16 g; Sód: 2086.78 mg; suma cukrów prostych: 63.48 g;

		23-Latwostrawna dzieci 4-9 lat P02	24-Latwostrawna dzieci do 3 lat P02	25-Wegetariańska dzieci 10-18 lat	26-Wegańska dzieci 10-18 lat P04	27-Podstawowa kobiet w ciąży C01
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jabłko 150	Kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE) Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor bez skórki 60 g Herbata owocowa bez cukru 200 ml Jabłko 100	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 130 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 250 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 100 g Schab gotowany 50 g Sos własny 30 ml (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 200 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet schabowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 150 ml	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml		Sałatka z ciecierzycą, sałatą, pomidorami i ogórkiem 120 g
	Kolacja	Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Pomidor bez skórki 100 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Bułka pszenna krojona 40 g (GLU) Masło 83% tł. 5 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 30 g Pomidor bez skórki 60 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 200 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z twarogu 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 1692.37 kcal; Białko ogółem: 81.59 g; Tłuszcz: 40.82 g; Kwasy tł. nasycone: 18.44 g; Węglowodany ogółem: 259.07 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g; Sód: 1588.93 mg; suma cukrów prostych: 60.48 g;	Wartość energetyczna: 1139.60 kcal; Białko ogółem: 47.76 g; Tłuszcz: 27.01 g; Kwasy tł. nasycone: 11.48 g; Węglowodany ogółem: 183.19 g; Błonnik pokarmowy: 15.30 g; Sód: 1044.84 mg; suma cukrów prostych: 30.92 g;	Wartość energetyczna: 2372.55 kcal; Białko ogółem: 110.30 g; Tłuszcz: 62.29 g; Kwasy tł. nasycone: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 349.68 g; Błonnik pokarmowy: 41.04 g; Sód: 1680.60 mg; suma cukrów prostych: 63.50 g;	Wartość energetyczna: 2224.95 kcal; Białko ogółem: 86.14 g; Tłuszcz: 44.13 g; Kwasy tł. nasycone: 6.19 g; Węglowodany ogółem: 376.03 g; Błonnik pokarmowy: 51.41 g; Sód: 1431.01 mg; suma cukrów prostych: 56.29 g;	Wartość energetyczna: 2416.27 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 84.90 g; Kwasy tł. nasycone: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 332.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g; Sód: 2448.16 mg; suma cukrów prostych: 47.24 g;

		28-Latwo strawna kobiet w ciąży C02	29-Z ogr. lat. przy. węgl. kobiet ciężarnych C03	30-Wegańska kobiet w ciąży C04	31-Podstawowa w laktacji C01	32-Latwo strawna w laktacji C02
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka meksykańska 150 g (JAJ, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Jabłko 150
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Kotlet schabowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Kefir 150 g 1 szt (MLE)	Sałatka z ciecierzycą, sałata, pomidorami i ogórkiem 120 g	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml	Sałatka z ciecierzycą, sałata, pomidorami i ogórkiem 120 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2242.34 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kwasy tł. nasycone: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sód: 2159.78 mg; suma cukrów prostych: 52.95 g;	Wartość energetyczna: 2101.93 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kwasy tł. nasycone: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 272.18 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Sód: 2554.24 mg; suma cukrów prostych: 44.67 g;	Wartość energetyczna: 2284.00 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 44.22 g; Kwasy tł. nasycone: 6.20 g; Węglowodany ogółem: 389.58 g; Błonnik pokarmowy: 52.51 g; Sód: 1450.46 mg; suma cukrów prostych: 56.87 g;	Wartość energetyczna: 2416.27 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 84.90 g; Kwasy tł. nasycone: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 332.55 g; Błonnik pokarmowy: 35.67 g; Sód: 2448.16 mg; suma cukrów prostych: 47.24 g;	Wartość energetyczna: 2242.34 kcal; Białko ogółem: 100.07 g; Tłuszcz: 72.43 g; Kwasy tł. nasycone: 37.45 g; Węglowodany ogółem: 310.15 g; Błonnik pokarmowy: 25.86 g; Sód: 2159.78 mg; suma cukrów prostych: 52.95 g;

		33-Z ogr. lat. przy. węgl. w laktacji C03	34-Niskobiałkowa D08	38-Bogatobiałkowa D07	40-Wegetariańska D01/WE	42-Bogatoresztkowa D06
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Miód 25 g 1 szt Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jabłko 150 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Jabłko 150	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Jajko gotowane kl. M 1 szt (JAJ) Ser żółty 30 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150 g	Kefir 150 g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Ser mozzarella- plastry 30 g (MLE) Szynka delikatesowa z fileta 50 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 150 g Herbata owocowa bez cukru 250 ml Brzoskwinia 150
	Obiad	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 250 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Schab gotowany 100 g Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 50 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 150 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Mizeria 150 g (MLE) Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml	Pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny 80 ml (GLU, SEL) Mizeria 200 g (MLE) Kompot owocowy bez cukru 250 ml
	P	Salatka z ciecierzycą, sałatą, pomidorami i ogórkiem 120 g		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml		Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem 200 ml
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU) Masło 83% tł. 20 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Zacierka na mleku 400 ml (GLU, JAJ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU) Bułka pszenna krojona 50 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka Maryny 40 g Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta z twarogu 60 g (MLE) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem z cukrem 250 ml (GLU, MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Masło 83% tł. 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, MLE) Szynka Maryny 40 g Pomidor 150 g Sałata zielona masłowa 10 g Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru 250 ml (GLU, MLE)
	Pn	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt				
		Wartość energetyczna: 2101.93 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kwasy tł. nasycone: 37.76 g; Węglowodany ogółem: 272.18 g; Błonnik pokarmowy: 40.17 g; Sód: 2554.24 mg; suma cukrów prostych: 44.67 g;	Wartość energetyczna: 2213.30 kcal; Białko ogółem: 66.47 g; Tłuszcz: 53.81 g; Kwasy tł. nasycone: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 376.38 g; Błonnik pokarmowy: 26.16 g; Sód: 1587.19 mg; suma cukrów prostych: 55.14 g;	Wartość energetyczna: 2511.53 kcal; Białko ogółem: 114.36 g; Tłuszcz: 73.46 g; Kwasy tł. nasycone: 34.85 g; Węglowodany ogółem: 363.23 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g; Sód: 2338.16 mg; suma cukrów prostych: 75.94 g;	Wartość energetyczna: 2254.25 kcal; Białko ogółem: 110.22 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kwasy tł. nasycone: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.64 g; Sód: 1680.20 mg; suma cukrów prostych: 61.56 g;	Wartość energetyczna: 1938.54 kcal; Białko ogółem: 95.89 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kwasy tł. nasycone: 31.04 g; Węglowodany ogółem: 269.38 g; Błonnik pokarmowy: 27.36 g; Sód: 2255.68 mg; suma cukrów prostych: 46.16 g;

		Wegańska D04
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na wywarze jarzynowym 400 ml (SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Sałatka meksykańska 150 g (JAJ, SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Ogórek świeży 100 g Herbata owocowa z cukrem 250 ml Brzoskwinia 150 g
	Obiad	Pomidorowa z makaronem (bez mleka) 350 ml (GLU, SEL) Ziemniaki gotowane młode z koperkiem 180 g Kotlet sojowy 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE) Surówka z kapusty białej z olejem b/c 150 g Fasolka szparagowa gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy z cukrem 250 ml
	P	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU) Margaryna roślinna 15 g Dżem truskawkowy 25 g 1 szt Pasta warzywna z soczewicą 60 g (SEL) Sałata zielona masłowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna z cytryną, z cukrem 250 ml
	Ph	Mus owocowo-warzywny-jabłko burak truskawka 100 g 1 szt
		Wartość energetyczna: 2106.65 kcal; Białko ogółem: 86.06 g; Tłuszcz: 44.05 g; Kwasy tł. nasycone: 6.18 g; Węglowodany ogółem: 346.61 g; Błonnik pokarmowy: 51.01 g; Sód: 1430.61 mg; suma cukrów prostych: 54.35 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Kwasy tł. nasycone - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pokarmowy - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów prostych - suma cukrów prostych,