

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	Kolacja	Pn	SUMA
2026-07-31 piątek	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Paszтетowa 50 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Jajko 50 g (3) Ser biały z koperkiem 70 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 234,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 276 suma cukrów prostych [g] 64,9 Tłuszcz [g] 87 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Sól [g] 5,3
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Ser topiony 17,5 g (7) Dżem 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 004,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 272,8 suma cukrów prostych [g] 67,5 Tłuszcz [g] 69,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 3,2
	Bogatoresztkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Ogórek kiszony 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Ser żółty 30 g (7) Jajko 50 g (3) Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 035,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 240 suma cukrów prostych [g] 64,5 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Sól [g] 5,2

2026-07-31 piątek

Bogatobialkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 30 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) sałata zielona 10 g Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Chleb pszenny 60 g (1)	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 949,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 245,3 suma cukrów prostych [g] 57 Tłuszcz [g] 73 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 3,5
Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Jajko na miękko 50 g (3) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Galaretka owocowa 150 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 159,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,8 Węglowodany ogółem [g] 292,3 suma cukrów prostych [g] 53,9 Tłuszcz [g] 70,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 3,9
Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Pasta z białek 70 g (3, 7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 117,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,2 Węglowodany ogółem [g] 298,9 suma cukrów prostych [g] 68,8 Tłuszcz [g] 62,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,8 Sól [g] 3,7
Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Szynka gotowana 30 g Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Ogórek kiszony 50 g Papryka czerwona 40 g Sałata masłowa 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z kiszonej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 90 g (1) Ser żółty 30 g (7) Jajko 50 g (3) Ogórek świeży 50 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 002,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,2 Węglowodany ogółem [g] 233,3 suma cukrów prostych [g] 56,6 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sól [g] 5,3

2026-07-31 piątek

Z ogr łatwo przyswaj węglowod i tłuszcz	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Buraczki na ciepło 150 g	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Pasta z białek 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 316,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 300,5 suma cukrów prostych [g] 63,8 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sól [g] 4,4
Dieta biegunkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż z jabłkami 200 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 948,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 48 Węglowodany ogółem [g] 364,5 suma cukrów prostych [g] 71,2 Tłuszcz [g] 36,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 3
Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb bezsolny 120 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 026,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 297,2 suma cukrów prostych [g] 59,1 Tłuszcz [g] 61,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sól [g] 0,6
Łatwostrawna dzieci młodsze	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka 1 szt (1) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Banan 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Miruna na parze 100 g (4, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kiszanej kapusty 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka 1 szt (1) Jajko 50 g (3) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 293,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,9 Węglowodany ogółem [g] 334,9 suma cukrów prostych [g] 92,9 Tłuszcz [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,2 Błonnik pokarmowy [g] 26 Sól [g] 4,4

2026-07-31 piątek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 845 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 50,4 Węglowodany ogółem [g] 269,8 suma cukrów prostych [g] 62,4 Tłuszcz [g] 57,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 3,8
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Szynka gotowana 30 g sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 425,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101 Węglowodany ogółem [g] 299,4 suma cukrów prostych [g] 72,1 Tłuszcz [g] 97,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Sól [g] 4,7
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Udko duszone z warzywami 170 g (9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 213,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,9 Węglowodany ogółem [g] 293,3 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 72,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,1 Błonnik pokarmowy [g] 25 Sól [g] 4,6
	Bogatoreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 90 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 021,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,4 Węglowodany ogółem [g] 242 suma cukrów prostych [g] 70,1 Tłuszcz [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Sól [g] 4,3

2026-08-01 sobota	Bogatobialkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Salata masłowa 20 g Ogórek kiszony 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 133,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,8 Węglowodany ogółem [g] 245,8 suma cukrów prostych [g] 61,2 Tłuszcz [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka kajzerka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Salata zielona 20 g Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Salata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 208,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 105,3 Węglowodany ogółem [g] 286,1 suma cukrów prostych [g] 54,6 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Salata zielona 20 g Polędwica Sopotcka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Salata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 139,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 299,3 suma cukrów prostych [g] 68,7 Tłuszcz [g] 68 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,8 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Brokuł gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Salata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Kanapka nocna 130 g (1, 7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 934,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,4 Węglowodany ogółem [g] 183,1 suma cukrów prostych [g] 35,4 Tłuszcz [g] 95,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 4,9

2026-08-01 sobota	Z ogr łatwo przyswaj węglowod i tłuszczy	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 187,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 284,7 suma cukrów prostych [g] 54,3 Tłuszcz [g] 77,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,4
	Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 895,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,9 Węglowodany ogółem [g] 304,9 suma cukrów prostych [g] 55,1 Tłuszcz [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 3,5
	Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 20 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Fasolka szparagowa gotowana 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Serek Almette 1 szt (7) Miód 25 g Sałata masłowa 20 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 977,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 292,1 suma cukrów prostych [g] 52 Tłuszcz [g] 64,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 Sól [g] 1,4
	Łatwostrawna dzieci młodsze	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser żółty 30 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko duszone z warzywami 170 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Rzodkiewka 20 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 284,9 suma cukrów prostych [g] 77,7 Tłuszcz [g] 84,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 4,7

2026-08-01 sobota	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotcka 30 g Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Udło gotowane z warzywami 170 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wielowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Salata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 867,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,9 Węglowodany ogółem [g] 287 suma cukrów prostych [g] 70 Tłuszcz [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24 Błonnik pokarmowy [g] 21 Sól [g] 4,2
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 60 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wielowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Parówka z indyka 70 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 009,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 251,8 suma cukrów prostych [g] 70,9 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Sól [g] 5,9
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Salatka z buraka z olejem 150 g Kompot wielowocowy b/c 200 ml	Paprykarz szczeciński 50 g (4) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Parówka z indyka 70 g Salata zielona 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 132,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,7 Węglowodany ogółem [g] 282,9 suma cukrów prostych [g] 73,4 Tłuszcz [g] 78,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 5,4
2026-08-02 niedziela	Bogatoreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g Ogórek świeży [Por] x 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa 300 ml (9) Kasza jęczmienna 100 g (1) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Salatka z buraczka i jabłka 150 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wielowocowy b/c 200 ml	Paprykarz szczeciński 50 g (4) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Parówka z indyka 70 g Salata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	soczek owocowy 300ml 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 041,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 260,9 suma cukrów prostych [g] 84,3 Tłuszcz [g] 79,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Sól [g] 5,8

2026-08-02 niedziela	Bogatobialkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 60 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Chleb graham 80 g (1)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Zupa Pomidorowa z ryżem zabilana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek kiszony 50 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 979,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,7 Węglowodany ogółem [g] 247,2 suma cukrów prostych [g] 55,3 Tłuszcz [g] 73,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Sól [g] 6,7
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 162,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96,2 Węglowodany ogółem [g] 293,9 suma cukrów prostych [g] 56,9 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Szynka gotowana 30 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 239 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 315,2 suma cukrów prostych [g] 75,6 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 4,9
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabilana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Surówka z marchewki i jabłka 100 g Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Ogórek świeży 50 g Szynka gotowana 30 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 966,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,5 Węglowodany ogółem [g] 236,4 suma cukrów prostych [g] 66 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sól [g] 4,6

2026-08-02 niedziela

Z ogr łatwo przyswaj węglowod i tłuszcz	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Południca Sopotka 30 g Sałata masłowa 20 g Twarożek z koperkiem 60 g (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Parówka z indyka 70 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 003,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,3 Węglowodany ogółem [g] 260,7 suma cukrów prostych [g] 56,9 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 4,9
Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Południca Sopotka 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g (1) Kisiel b/c 150 ml	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Dżem 25 g Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g	Kisiel b/c 150 ml Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 048,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 339,7 suma cukrów prostych [g] 33,9 Tłuszcz [g] 44 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Sól [g] 3,6
Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Południca Sopotka 30 g Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g	Kisiel b/c 150 ml	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Naleśnik z jabłkiem 2 szt (1, 3, 7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g	Pasta z białek 70 g (3, 7) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Miód 25 g Sałata zielona 20 g Pomidor 50 g	Soczek kartoni M 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 817,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 59,6 Węglowodany ogółem [g] 315,4 suma cukrów prostych [g] 62 Tłuszcz [g] 40 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,3 Sól [g] 1
Łatwostrawna dzieci młodsze	Masło extra 15 g (7) Bułka 1 szt (1) Południca Sopotka 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Banan 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Pasta z sera białego z cebulką 60 g (7) Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 159,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,1 Węglowodany ogółem [g] 282,4 suma cukrów prostych [g] 77 Tłuszcz [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sól [g] 4,2

2026-08-02 niedziela	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopotcka 30 g Herbata b/c 250 ml	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 993,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 274,1 suma cukrów prostych [g] 62,4 Tłuszcz [g] 68,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 5,2
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 60 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 152,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,4 Węglowodany ogółem [g] 290 suma cukrów prostych [g] 56 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Sól [g] 4,8
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Sałata zielona ze śmietaną 20 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 202,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 294,6 suma cukrów prostych [g] 59,8 Tłuszcz [g] 68,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sól [g] 4,2
	Bogatoreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 010,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 257,7 suma cukrów prostych [g] 83,5 Tłuszcz [g] 67,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 4,1

2026-08-03 poniedziałek

Bogatobialkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Ser żółty 30 g (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,1 Węglowodany ogółem [g] 262,8 suma cukrów prostych [g] 53,7 Tłuszcz [g] 59,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Sól [g] 4,7
Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g (7) Suchary 20 g (1)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 197,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,8 Węglowodany ogółem [g] 269,5 suma cukrów prostych [g] 45 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,4
Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Serek Almette 1 szt (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraka z olejem 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 203 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,9 Węglowodany ogółem [g] 286,9 suma cukrów prostych [g] 54,2 Tłuszcz [g] 72,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sól [g] 4,4
Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 40 g Ser żółty 30 g (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Kanapka nocna 130 g (1, 7)		Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 014,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 113,4 Węglowodany ogółem [g] 235,8 suma cukrów prostych [g] 53,4 Tłuszcz [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Sól [g] 4,8

2026-08-03 poniedziałek

Z ogr łatwo przyswaj węglowod i tłuszcz	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Serek Almette 1 szt (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Pasta z bialek 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 224,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,3 Węglowodany ogółem [g] 296,9 suma cukrów prostych [g] 59,4 Tłuszcz [g] 71 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Sól [g] 4,4
Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bułka weka 100 g (1) Wafle ryżowe 2 szt Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 974,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 325,3 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 43,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Sól [g] 3,5
Niskobiałkowa	Herbata z/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Makaron z jabłkami 250 g (1, 3) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Pomidor 50 g Kleik ryżowy 300 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 349,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 397,9 suma cukrów prostych [g] 60,8 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sól [g] 1,5
Łatwostrawna dzieci młodsze	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka 1 szt (1) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata masłowa 20 g Papryka czerwona 50 g	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka smażony 120 g (1, 3) Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sałatka z buraczka i jabłka 100 g	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 058,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,4 Węglowodany ogółem [g] 283 suma cukrów prostych [g] 76,8 Tłuszcz [g] 61,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 4,4

2026-08-03 poniedziałek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Warzywa duszone 150 g (9)	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopocka 30 g Szynka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 925,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 274,7 suma cukrów prostych [g] 66,7 Tłuszcz [g] 58,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Sól [g] 4,1
	Podstawowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Mielonka drobiowa 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Krupnik z kaszą jęczmienną 300 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udziec z kurczaka 150 g (1, 3) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 316,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 321,3 suma cukrów prostych [g] 78 Tłuszcz [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 5,2
	Łatwostrawna	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Salata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 173,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104 Węglowodany ogółem [g] 317 suma cukrów prostych [g] 68,9 Tłuszcz [g] 59,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Sól [g] 4,2
	Bogatobiałkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Polędwica Sopocka 30 g Ser biały 60 g (7) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Jajko 50 g (3) Szynka gotowana 30 g Salata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 179,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 109,5 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 62,5 Tłuszcz [g] 66,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Sól [g] 3,6

2026-08-04 wtorek

Bogatobialkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenny 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenny 40 g (1) Chleb graham 80 g (1) Dżem 25 g Połudwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt truskawkowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 908,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,9 Węglowodany ogółem [g] 270,9 suma cukrów prostych [g] 62,3 Tłuszcz [g] 58,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Sól [g] 4,6
Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 104,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 286,2 suma cukrów prostych [g] 54,9 Tłuszcz [g] 66,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4,4
Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 096,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 300,6 suma cukrów prostych [g] 68,7 Tłuszcz [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 4,3
Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Szynka gotowana 30 g Ser biały 60 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Jajko 50 g (3) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 963,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,1 Węglowodany ogółem [g] 254,8 suma cukrów prostych [g] 71,6 Tłuszcz [g] 65,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Błonnik pokarmowy [g] 31 Sól [g] 3,5

2026-08-04 wtorek

Z ogr łatwo przyswaj węglowod i tłuszcz	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Bułka weka 100 g (1) Ser biały 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Bułka weka 100 g (1) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Galarełka drobiowa 100 g (9)	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 134,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,8 Węglowodany ogółem [g] 282,7 suma cukrów prostych [g] 52,7 Tłuszcz [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Błonnik pokarmowy [g] 19,4 Sól [g] 4,4
Dieta biegunkowa	Bułka weka 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g Kleik ryżowy 300 ml	Suchary 20 g (1) Kisiel o smaku malinowym 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Herbata b/c 250 ml Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Kisiel b/c 150 ml Bułka weka 100 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 936,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 44,4 Tłuszcz [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Sól [g] 3,7
Niskobiałkowa	Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 856,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 291,7 suma cukrów prostych [g] 55,9 Tłuszcz [g] 50 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 1,7
Łatwostrawna dzieci młodsze	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb pszenney 40 g (1) Mielonka drobiowa 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Sałata masłowa 20 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g Biszkopty b/c 40 g (1, 3)	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 30 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Schab duszony 100 g (1) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Herbata z/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb pszenney 40 g (1) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata mix 10 g Ogórek świeży 50 g	Serek homogenizowany naturalny 120 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 910,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 251,6 suma cukrów prostych [g] 72,4 Tłuszcz [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Sól [g] 3,3

2026-08-04 wtorek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Galarełka drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 925 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 80,8 Węglowodany ogółem [g] 272,5 suma cukrów prostych [g] 63,9 Tłuszcz [g] 61,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 3,9
	Podstawowa	Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Salatka jarzynowa 150 g (3, 9) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Salata masłowa 20 g Polędwica Sopotcka 30 g Chleb graham 80 g (1)	Banan 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z kiszonej kapusty 100 g Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Salata masłowa 20 g Chleb graham 80 g (1) Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 298 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 322,9 suma cukrów prostych [g] 77,5 Tłuszcz [g] 72,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 46,1 Sól [g] 5,7
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Salatka jarzynowa 150 g (3, 9) Polędwica Sopotcka 30 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Pomidor 50 g Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Salata zielona 10 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 69 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 69,7 Tłuszcz [g] 69,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 3,8
2026-08-05 środa	Bogatoreszkowa	Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Masło extra 15 g (7) Chleb graham 80 g (1) Salata masłowa 20 g Pomidor 50 g Salatka jarzynowa [Por] x 150 g (3, 9) Polędwica Sopotcka 30 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Surówka z białej kapusty 100 g Surówka z marchwi, selera i jabłka 100 g (3, 7, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Polędwica Sopotcka 30 g Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Herbata b/c 250 ml Masło jednorazowe 10 g (7) Chleb graham 80 g (1) Salata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 990,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 251,4 suma cukrów prostych [g] 66,2 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Sól [g] 3,3

2026-08-05 środa	Bogatobialkowa	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Południca Sopotcka 30 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Bukiet warzyw 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Pomidor 50 g Szynka gotowana 30 g Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 323,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 313 suma cukrów prostych [g] 61,8 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Błonnik pokarmowy [g] 22 Sól [g] 4,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Południca Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Ziemniaki 250 g (7) Warzywa duszone 150 g (9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 385,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,7 Węglowodany ogółem [g] 292,5 suma cukrów prostych [g] 51 Tłuszcz [g] 84,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 60 g (7) Południca Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Ziemniaki 250 g (7)	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 267,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 88,4 Węglowodany ogółem [g] 301,4 suma cukrów prostych [g] 57,5 Tłuszcz [g] 73,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Sól [g] 4,2
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Południca Sopotcka 30 g	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g Ryba Morszczuk na parze 100 g (4)	Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Pomidor 50 g Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Szynka gotowana 30 g	Kanapka nocna 130 g (1, 7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 178,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 89,2 Węglowodany ogółem [g] 258,6 suma cukrów prostych [g] 66,7 Tłuszcz [g] 87,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 43,2 Sól [g] 5,9

2026-08-05 środa	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Połudwica Sopocka 30 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Buraczki na ciepło 150 g Ziemniaki 250 g (7) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Pasta z białek 70 g (3, 7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 959 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 269,1 suma cukrów prostych [g] 56 Tłuszcz [g] 59 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 3,8
	Dieta biegunkowa	Masło extra 15 g (7) Dżem 25 g Kleik ryżowy 300 ml Herbata b/c 250 ml Dżem 25 g Bulka weka 100 g (1) Połudwica Sopocka 30 g	Banan 150 g	Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Zupa jarzynowa z kaszą manna 350 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Szynka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 050,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 79,9 Węglowodany ogółem [g] 329,3 suma cukrów prostych [g] 69,5 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Sól [g] 3,5
	Niskobiałkowa	Chleb bezsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Jajko 50 g (3)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Morszczuk na parze 100 g (4) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 100 g Ziemniaki 250 g (7) Ziemniaki 250 g (7)	Dżem 25 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Chleb bezsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Sałata zielona 10 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 380,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 354,1 suma cukrów prostych [g] 65,7 Tłuszcz [g] 73,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Sól [g] 1,5
	Łatwostrawna dzieci młodsze	Bulka 1 szt (1) Masło extra 15 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Sałatka jarzynowa 150 g (3, 9) Połudwica Sopocka 30 g	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Ryba Miruna na parze 100 g (4, 9) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Dżem 25 g Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Pomidor 50 g Bulka 1 szt (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 831,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,8 Węglowodany ogółem [g] 270,3 suma cukrów prostych [g] 85,9 Tłuszcz [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Sól [g] 4,5

2026-08-05 środa	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Polędwica Sopotcka 30 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 892,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,1 Węglowodany ogółem [g] 283,3 suma cukrów prostych [g] 72,9 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 4,1
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Chleb pszenny 40 g (1)	Jabłko 150 g	Zupa Pieczarkowa z zacierką 300 ml (1, 3, 7, 9) Kotlet schabowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) kapusta młoda z koperkiem 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta twarogowo-rybna 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 246,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,2 Węglowodany ogółem [g] 268,2 suma cukrów prostych [g] 50,6 Tłuszcz [g] 87,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sól [g] 4,7
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 065,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,9 Węglowodany ogółem [g] 276,1 suma cukrów prostych [g] 64 Tłuszcz [g] 69,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 19,9 Sól [g] 4,7
	Bogatoreszkowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Serek wiejski 200 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Pomidorowa 300 ml (9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Kasza gryczana 150 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 100 g	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Paprykarz szczeciński 50 g (4) Polędwica Sopotcka 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 015 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 117 Węglowodany ogółem [g] 244,2 suma cukrów prostych [g] 61,8 Tłuszcz [g] 69,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 28 Sól [g] 6

2026-08-06 czwartek	Bogatobialkowa	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 362,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 108,9 Węglowodany ogółem [g] 309,9 suma cukrów prostych [g] 59,8 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 Sól [g] 5,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Budyń waniliowy b/c 150 ml (7)	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 094,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,5 Węglowodany ogółem [g] 271,8 suma cukrów prostych [g] 44,9 Tłuszcz [g] 67 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 Sól [g] 4,3
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Serek Almette 1 szt (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Sos jarzynowy 100 ml (1, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 040,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 288,1 suma cukrów prostych [g] 64,1 Tłuszcz [g] 62,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Parówka z indyka 70 g Pomidor 50 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabelana 300 ml (7, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchwi i jabłka 100 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Serek wiejski 200 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 155,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,2 Węglowodany ogółem [g] 250,1 suma cukrów prostych [g] 58,2 Tłuszcz [g] 85,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Błonnik pokarmowy [g] 29,6 Sól [g] 6,3

2026-08-06 czwartek

Z ogr łatwo przyswaj węglowod i tłuszcz	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Parówka z indyka 70 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Pomidorowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 9) Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 102,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,7 Węglowodany ogółem [g] 265,8 suma cukrów prostych [g] 47,3 Tłuszcz [g] 75,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,1 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 Sól [g] 4,9
Dieta biegunkowa	Bulka weka 100 g (1) Szyńka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ryżem 300 ml (1, 7, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Połędwica Sopocka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 167,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 368,9 suma cukrów prostych [g] 65,9 Tłuszcz [g] 44,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Sól [g] 3,6
Niskobiałkowa	Chleb beżsolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Kalafior gotowany 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Pulpet drobiowy 100 g (1, 3) Brokuł gotowany 100 g Ziemniaki 250 g (7)	Chleb beżsolny 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Jajko 50 g (3) Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 111,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 331,5 suma cukrów prostych [g] 68,7 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sól [g] 1,4
Łatwostrawna dzieci młodsze	Bulka 1 szt (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 40 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Parówka z indyka 70 g	Mandarynka 80 g	Zupa Pomidorowa z ryżem zabilana 400 ml (7, 9) Filet z kurczaka smażony 120 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Surówka z selera 100 g (3, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka 1 szt (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Dżem 25 g Połędwica Sopocka 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata z/c 250 ml	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 278,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 317 suma cukrów prostych [g] 73,8 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sól [g] 5,2

2026-08-06 czwartek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotka 40 g Galaretką drobiowa 100 g (9) Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 400 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 40 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 244,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,5 Węglowodany ogółem [g] 292 suma cukrów prostych [g] 65,2 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sól [g] 5,1
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Lazanki z kapusią i mięsem wieprzowym 300 g (1, 3) Brokuł gotowany 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Ser żółty 30 g (7) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 306,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,1 Węglowodany ogółem [g] 324,1 suma cukrów prostych [g] 63,2 Tłuszcz [g] 72 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 Sól [g] 5,1
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Surówka z marchewki i jabłka 100 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Paszтет drobiowy 50 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 175,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 81,4 Węglowodany ogółem [g] 304,2 suma cukrów prostych [g] 69 Tłuszcz [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33 Błonnik pokarmowy [g] 18,3 Sól [g] 4,3
	Bogatoreszkowa	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z rzodkiewką 60 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz ukraiński 300 ml (9) Ryż brązowy 150 g Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Surówka z kiszanej kapusty 100 g Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotka 30 g Serek wiejski 200 g (7) Ogórek kiszony 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 238,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 122 Węglowodany ogółem [g] 306,7 suma cukrów prostych [g] 57,2 Tłuszcz [g] 67,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 44,8 Sól [g] 6,5

2026-08-07 piątek	Bogatobialkowa	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kalańior gotowany 50 g	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 144,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,5 Węglowodany ogółem [g] 303 suma cukrów prostych [g] 65,7 Tłuszcz [g] 63,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sól [g] 4,1
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Sałata zielona 10 g Ryż na mleku 300 ml (7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Galaretko owocowa 150 ml	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 194,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 95,5 Węglowodany ogółem [g] 293,4 suma cukrów prostych [g] 37,5 Tłuszcz [g] 73,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 16,3 Sól [g] 4,5
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Ser biały 60 g (7) Dżem 25 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Miód 25 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata z/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 263,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 368,4 suma cukrów prostych [g] 84,9 Tłuszcz [g] 56,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 3,4
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 80 g (1) Masło extra 15 g (7) Jajko 50 g (3) Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Makaron ze szpinakiem, serem i kurczakiem 300 g (1, 3, 7) Kalańior gotowany 50 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Ogórek kiszony 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 167,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 98,7 Węglowodany ogółem [g] 278,5 suma cukrów prostych [g] 57,2 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Sól [g] 4,8

2026-08-07 piątek

Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyńka gotowana 30 g Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Ziemniaki 250 g (7) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednoraowe 10 g (7) Polędwica Sopočka 30 g Serek homogenizowany naturalny 150 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 215,9 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,8 Węglowodany ogółem [g] 282,5 suma cukrów prostych [g] 46,8 Tłuszcz [g] 75,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Sól [g] 4,3
Dieta biegunkowa	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopočka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż z jabłkami 200 g	Bulka weka 100 g (1) Masło jednoraowe 10 g (7) Szyńka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kisiel b/c 150 ml	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 2 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 004,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 378,6 suma cukrów prostych [g] 68 Tłuszcz [g] 36,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,3 Sól [g] 3,1
Niskobiałkowa	Chleb beczolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Dżem 25 g Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml (1, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Brokuł gotowany 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Marchewka gotowana z olejem 150 g	Chleb beczolny 120 g (1) Masło jednoraowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Miód 25 g	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 137 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 76,7 Węglowodany ogółem [g] 354,1 suma cukrów prostych [g] 74,8 Tłuszcz [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sól [g] 0,9
Łatwostrawna dzieci młodsze	Bulka 1 szt (1) Masło extra 15 g (7) Ser żółty 30 g (7) Jajko 50 g (3) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa Jarzynowa z makaronem 300 ml (1, 3, 7, 9) Pierogi leniwe 200 g (3, 7) Surówka z marchwi i jabłka 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka 1 szt (1) Masło jednoraowe 10 g (7) Pasztet drobiowy 50 g Ser topiony 17,5 g (7) Ogórek świeży 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 267,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 74,6 Węglowodany ogółem [g] 323 suma cukrów prostych [g] 84,9 Tłuszcz [g] 79,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sól [g] 4,7

2026-08-07 piątek	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Banan 150 g Wafle ryżowe 1 szt	Zupa Koperkowa z ryżem 300 ml (7, 9) Galantyna drobiowa 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Herbata b/c 250 ml	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 929,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 311,8 suma cukrów prostych [g] 65,1 Tłuszcz [g] 49,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Sól [g] 3,5
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z zacierkom 300 ml (1, 3, 7, 9) Pulpet wieprzowy 100 g (1, 3) Ziemniaki 250 g (7) Surówka z marchewki i jabłka 100 g Surówka z białej kapusty 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Sos pieczarkowy 150 ml (1, 7)	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 406,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 107,6 Węglowodany ogółem [g] 339,2 suma cukrów prostych [g] 83,8 Tłuszcz [g] 76,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 Sól [g] 4,9
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 313,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,3 Węglowodany ogółem [g] 310 suma cukrów prostych [g] 52,1 Tłuszcz [g] 80,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,7 Sól [g] 4,7
	Bogatoresztkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Kalafior gotowany 100 g Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Szynka gotowana 30 g Ogórek świeży 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Rzodkiewka 20 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 076,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 91,4 Węglowodany ogółem [g] 268,9 suma cukrów prostych [g] 50,2 Tłuszcz [g] 77,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 Sól [g] 4,6

2026-08-08 sobota	Bogatobialkowa	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 331,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 100,2 Węglowodany ogółem [g] 312 suma cukrów prostych [g] 53,4 Tłuszcz [g] 80,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 Sól [g] 4,5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Biszkopty b/c 40 g (1, 3)	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Roladka drobiowa z warzywami 100 g (9)	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 254,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 106,4 Węglowodany ogółem [g] 304,6 suma cukrów prostych [g] 60,6 Tłuszcz [g] 70 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Sól [g] 4,4
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 268,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 99,5 Węglowodany ogółem [g] 304,6 suma cukrów prostych [g] 48,7 Tłuszcz [g] 76,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 4,1
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Szynka gotowana 30 g Ser żółty 30 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Pomidor 50 g	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż brązowy 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Brokuł gotowany 50 g	Chleb graham 120 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Pasta z jaja i wędliny ze szczypiorkiem 70 g (3) Polędwica Sopotcka 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Ogórek świeży 50 g	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 131,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 93,7 Węglowodany ogółem [g] 253,3 suma cukrów prostych [g] 39,6 Tłuszcz [g] 89,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Sól [g] 4,9

2026-08-08 sobota	Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyunka gotowana 30 g Twarożek z pietruszką 60 g (7) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 268,3 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 96 Węglowodany ogółem [g] 309,4 suma cukrów prostych [g] 54,8 Tłuszcz [g] 75,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Błonnik pokarmowy [g] 20,1 Sól [g] 4
	Dieta biegunkowa	Bulka weka 100 g (1) Szyunka gotowana 30 g Herbata b/c 250 ml Masło extra 15 g (7) Kleik ryżowy 300 ml Dżem 25 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa Grysikowa 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Herbata b/c 250 ml Szyunka gotowana 30 g	Jabłko pieczone 120 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 955,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 301,2 suma cukrów prostych [g] 48,1 Tłuszcz [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Sól [g] 4,1
	Niskobiałkowa	Chleb beosolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z pietruszką 60 g (7) Miód 25 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Ryż 100 g Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Sałatka z buraczka i jabłka 150 g	Chleb beosolny 120 g (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Pasta z białek 70 g (3, 7) Dżem 25 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 389,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 363,5 suma cukrów prostych [g] 71,3 Tłuszcz [g] 70,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Sól [g] 1,1
	Łatwostrawna dzieci młodsze	Bulka 1 szt (1) Masło extra 15 g (7) Szyunka gotowana 30 g Ser topiony 17,5 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa Jarzynowa z ziemniakami 300 ml (7, 9) Gulasz drobiowy z warzywami 100 g (1, 9) Ryż 100 g Sałatka z buraczka i jabłka 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka 1 szt (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Pasta z sera białego i koperku 60 g (7) Polędwica Sopocka 30 g Sałata zielona 10 g Ogórek świeży 50 g Herbata z/c 250 ml	Jogurt morelowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 277,5 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 92,9 Węglowodany ogółem [g] 316,2 suma cukrów prostych [g] 58,4 Tłuszcz [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Sól [g] 4,3

2026-08-08 sobota	Bezmleczna	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 30 g Miód 25 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Buraczki na ciepło 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bułka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotcka 30 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 1 903,6 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 84,6 Węglowodany ogółem [g] 285,5 suma cukrów prostych [g] 59,3 Tłuszcz [g] 50,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,7 Sól [g] 4,1
	Podstawowa	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło extra 15 g (7) Pasta z jajka i sera z pietruszką 60 g (3, 7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szynka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Fasolka szparagowa gotowana 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Chleb graham 80 g (1) Chleb pszenny 40 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Parówka z indyka 70 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 190,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 110,2 Węglowodany ogółem [g] 293,8 suma cukrów prostych [g] 67,9 Tłuszcz [g] 69,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Sól [g] 6
	Łatwostrawna	Bułka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udło gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Kalafior gotowany 50 g	Bułka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 40 g Pomidor 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus owocowy 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 112,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 85,6 Węglowodany ogółem [g] 288,4 suma cukrów prostych [g] 74,2 Tłuszcz [g] 72,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 Sól [g] 5,2
	Bogatorreszkowa	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pasta z sera białego i szczypiorku 60 g (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko 150 g	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabeliana 300 ml (7, 9) Kasza jęczmienna 150 g (1) Udło duszone z warzywami 150 g (9) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Ogórek kiszony 50 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 021,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 94,1 Węglowodany ogółem [g] 252,3 suma cukrów prostych [g] 45,7 Tłuszcz [g] 77,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Sól [g] 6,1

2026-08-09 niedziela	Bogatobialkowa	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Pasta z jajka i sera z pietruszką 70 g (3, 7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka gotowany w jarzynach 150 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Pomidor 50 g sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 032,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 104,3 Węglowodany ogółem [g] 262,9 suma cukrów prostych [g] 51,1 Tłuszcz [g] 66,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 19 Sól [g] 5
	Łatw z ograniczeniem substancji pobudz wydz soku żół	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Jajko 50 g (3) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 017,2 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 249,1 suma cukrów prostych [g] 39,8 Tłuszcz [g] 78,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Sól [g] 5
	Łatwostr z ogranicz tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 029 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 77,3 Węglowodany ogółem [g] 257,1 suma cukrów prostych [g] 48,7 Tłuszcz [g] 79,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Sól [g] 4,9
	Z ogranicz łatwo przysw węglowodanów	Chleb graham 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Płatki owsiane na mleku 300 ml (1, 7)	Jabłko 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udko gotowane z warzywami 170 g (9) Surówka z kapusty czerwonej 100 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml Surówka z selera 100 g (3, 9)	Chleb graham 80 g (1) Masło jednorazowe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szynka gotowana 30 g Rzodkiewka 20 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 037,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 250,3 suma cukrów prostych [g] 62,7 Tłuszcz [g] 81,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,7 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Sól [g] 4,5

2026-08-09 niedziela

Z ogr łatwo przyswaj węglowoda i tłuszczu	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7)	Jabłko pieczone 120 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Ziemniaki 250 g (7) Udło gotowane z warzywami 170 g (9) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wielooowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Parówka z indyka 70 g Szyinka gotowana 30 g Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml	Jogurt naturalny 100 g (7)	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 278,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 292,3 suma cukrów prostych [g] 52,1 Tłuszcz [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Błonnik pokarmowy [g] 20 Sól [g] 5,2
Dieta biegunkowa	Bulka weka 100 g (1) Masło extra 15 g (7) Szyinka gotowana 30 g Dżem 25 g Herbata b/c 250 ml Kleik ryżowy 300 ml	Banan 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Udło gotowane z warzywami 150 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Marchewka gotowana z olejem 150 g Kompot wielooowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Dżem 25 g Herbata z/c 250 ml	Kisiel b/c 150 ml Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 016,1 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 66,3 Węglowodany ogółem [g] 328,9 suma cukrów prostych [g] 58,1 Tłuszcz [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,7 Sól [g] 3,6
Niskobiałkowa	Chleb beosolny 120 g (1) Masło extra 15 g (7) Twarożek z koperkiem 60 g (7) Sałata zielona 10 g Herbata b/c 250 ml Dżem 25 g	Jabłko 150 g	Zupa jarzynowa z kaszą manna 300 ml (1, 9) Udło gotowane z warzywami 170 g (9) Kompot wielooowocowy b/c 200 ml Bukiet warzyw 150 g Ziemniaki 250 g (7)	Chleb beosolny 120 g (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Sałata zielona 20 g Herbata b/c 250 ml Miód 25 g Serek Almette 1 szt (7)	Soczek kartonik 200 ml	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 020,8 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 301,8 suma cukrów prostych [g] 56,2 Tłuszcz [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Sól [g] 0,9
Łatwostrawna dzieci młodsze	Masło extra 15 g (7) Serek Almette 1 szt (7) Pomidor 50 g Sałata masłowa 20 g Kasza manna na mleku 300 ml (1, 7) Kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (7) Szyinka gotowana 30 g	Banan 150 g	Zupa rosół z makaronem 300 ml (1, 3, 9) Ziemniaki 250 g (7) Filet z kurczaka smażony 120 g (1, 3) Marchewka z groszkiem 150 g Brokuł gotowany 150 g Kompot wielooowocowy b/c 200 ml	Bulka 1 szt (1) Masło jednoraowoe 10 g (7) Polędwica Sopotcka 30 g Parówka z indyka 70 g Ogórek kiszony 50 g Sałata masłowa 20 g Herbata b/c 250 ml	Mus warzywny 100 g	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 198,4 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 101,2 Węglowodany ogółem [g] 289 suma cukrów prostych [g] 69,1 Tłuszcz [g] 74,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Sól [g] 5,2

2026-08-09 niedziela	Bezmleczna	Bulka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Polędwica Sopotka 40 g Polędwica Sopotka 30 g Herbata b/c 250 ml Sałata zielona 10 g Pomidor 50 g	Banan 150 g	Zupa Grysikowa 400 ml (1, 9) Udko duszone z warzywami 200 g (9) Ziemniaki 250 g (7) Sałatka z buraka z olejem 150 g Kompot wieloowocowy b/c 200 ml	Bulka weka 100 g (1) Margaryna miękka 15 g Szynka gotowana 40 g Parówka z indyka 70 g Herbata b/c 250 ml Pomidor 50 g	Mus owocowy 100 g Wafle ryżowe 1 szt	Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal] [kcal] 2 398,7 Białko ogółemwg rozp. 1169/2011 [g] 97,1 Węglowodany ogółem [g] 297,1 suma cukrów prostych [g] 68,1 Tłuszcz [g] 95,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 20,2 Sól [g] 5,5
----------------------	------------	--	-------------	--	--	---	---

Oznaczenia alergenów:

- 1 - *Zboża zawierające gluten,*
- 2 - *Skorupiaki i pochodne,*
- 3 - *Jaja i pochodne,*
- 4 - *Ryby i pochodne,*
- 5 - *Orzechy ziemne i pochodne,*
- 6 - *Soja i pochodne,*
- 7 - *Mleko i pochodne,*
- 8 - *Orzechy,*
- 9 - *Seler i pochodne,*
- 10 - *Gorczyca i produkty pochodne,*
- 11 - *Nasiona sezamu i pochodne,*
- 12 - *Dwutlenek siarki / siarczyny,*
- 13 - *Łubin i produkty pochodne,*
- 14 - *Mięczaki i pochodne,*