

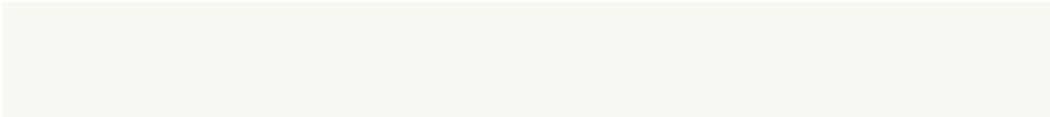
WTOREK 01.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki owsiane (1)- 50g) D01: Chleb, masło, szynka wieprzowa, ogórek i szczypiorek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, szynka wieprzowa (1,6,9,10)- 50g, ogórek- 100g, szczypiorek- 5g) D01:Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: zamiast ogórka cukinia gotowana D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy (6) wzbogacany w wapń D02, D05: Chleb pszenny (1) zamiast szynki wieprzowej - szynka drobiowa (1,6,9,10) zamiast ogórka papryka sparzona bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Chleb żytni razowy (1) 150g Herbata bez cukru D07: dodatkowe 50g szynki	D03: (2 DODATKI): skyr (7) - 150g, koktajl truskawkowy: kefir (7) (150g) z truskawkami (50g) D07: (1 DODATEK): koktajl truskawkowy: kefir (7) (150g) z truskawkami (50g)	D01: Zupa z kalarepy i koperku- 400g (kalarepa (90g), wywar drobiowy (9) (220g), ziemniaki (70g), marchew (30g), śmietanka 12% (7) (20g), por (15g), koperek (10g), masło (7) (4g) D01: Gulasz duszony w sosie warzywnym z kaszą gryczaną (350g) i surówką z kapusty czerwonej (150g) (schab- 80g, papryka czerwona- 20g, papryka żółta- 20g, cebula- 10g, olej rzepakowy- łyżka- 10g, przecier pomidorowy- 50g, pieczarki 2 x 20g, kasza gryczana, kapusta, jabłko, marchew, natka pietruszki, jogurt(7), majonez(3,10), cukier) D01: Kompot jabłkowy - 250ml D01/ML: Zupa zabelana mlekiem sojowym (6) D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) Z: Zamiast kaszy gryczanej- kopytka (250g) (ziemniaki, skrobia ziemniaczana, mąka pszenna(1), jaja(3)) Z: zamiast surówki fasolka szparagowa- 150g z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) D02, D05, D07: Zupa bez pora Zamiast schabu : filet z kurczaka- 80g, papryka czerwona- 20g, papryka żółta- 20g, olej rzepakowy- łyżka (10g), przecier pomidorowy- 30g, woda- 100ml) Zamiast kaszy gryczanej- kopytka(1,3) Zamiast surówki fasolka szparagowa- 150g z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) D03: Kompot bez dodatku cukru D07: Zamiast surówki fasolka szparagowa- 150g z dodatkiem oleju rzepakowego (5g)	D01: Chleb, masło, pasta z makreli i jajka, sałata Chleb pszenno- żytni (1) (150g), makrela wędzona (4)- 50g, jajka (3)- 75g, ogórek konserwowy- 60g, majonez (3,10)- 15g, cebula- 10g, natka pietruszki, koperek- 5g, sałata- 35g D01: Herbata- 300ml D02, D05, Pomidor sparzony bez skórki (90g), chleb pszenny, zamiast pasty serek grani (7)- 150g z koperkiem (5g) i pietruszką (5g) D03: Chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: Dodatkowe 50g pasty

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2214 kcal B 100,3 g T 60,8 g W 317,9 g cukry 44,7 g NKT 14,8 g błonnik 29,9 g sól 1484 mg	D02	2204 kcal B 99,0 g T 64,3 g W 306,5 g cukry 44,8 g NKT 17,7 g błonnik 26,7 g sól 1472 mg
D03	2214 kcal B 100,3 g T 60,8 g W 317,9 g cukry 44,7 g NKT 14,8 g błonnik 29,9 g sól 1484 mg	D05	2204 kcal B 99,0 g T 64,3 g W 306,5 g cukry 44,8 g NKT 17,7 g błonnik 26,7 g sól 1472 mg
D07	2394 kcal B 128,7 g T 68,1 g W 299,1 g cukry 46,3 g NKT 20 g błonnik 28,3 g sól 2166 mg	D10	2214 kcal B 100,3 g T 60,8 g W 317,9 g cukry 44,7 g NKT 14,8 g błonnik 29,9 g sól 1484 mg
D11	2200 kcal B 99,4 g T 59,6 g W 318,9 g cukry 43,8 g NKT 14,4 g błonnik 24,9 g sól 1486 mg	D01/ML	2214 kcal B 100,3 g T 60,8 g W 317,9 g cukry 44,7 g NKT 14,8 g błonnik 29,9 g sól 1484 mg



ŚRODA 02.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki kukurydziane (1)- 50g) D01: Chleb, masło, ser żółty, szczypiorek, pomidor (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, ser gouda- 50g, szczypiorek- 10g, pomidor- 90g) D01: Herbata- 250ml D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: POMIDOR SPARZONY BEZ SKÓRKI (90g) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: Chleb pszenny (1) pomidor sparzony bez skórki (90g), bez szczypiorku Zamiast sera- szynka z piersi kurczaka- 50g D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi(1) (50g) chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: Dodatkowo szynka drobiowa (1,6,9,10) - 50g	D03: (2 DODATKI): skyr (7)- 150g, koktajl śliwkowy: maślanka 1,5%(7)- 150g, śliwki- 50g, cynamon- szczypta D07: (1 DODATEK): koktajl śliwkowy: maślanka 1,5%(7)- 150g, śliwki- 50g, cynamon- szczypta	D01: Kapuśniak - 400ml (bulion drobiowy (9g) (200ml), kapusta kiszona (100g), ziemniaki (130g), marchew (40g), seler (9) (20g), pietruszka (20g), cebula (20g), olej rzepakowy (5g), liść laurowy (1g), ziele angielskie (1g) D01: Strogonow wieprzowy duszony z kaszą jęczmienną i buraczkami (szynka wieprzowa (120g), papryka czerwona (50g), pieczarki (40g), cebula (25g), ogórek kiszony (30g), przecier pomidorowy (30g), koncentrat pomidorowy (10g), śmietana 12% (7) (15g), olej rzepakowy (10g), mąka pszenna (1) (5g), natka pietruszki (5g), kasza jęczmienna ugotowana (250g), buraki gotowane (130g), cebula (15g), olej rzepakowy (5g) Kompot- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: Naleśniki (2 x 80g) z twarogiem i musem jagodowym (naleśniki: jaja (3), mleko (7), mąka (1)- 2 sztuki (2 x 80g), twaróg półtłusty (7)- 100g , jogurt naturalny (7), jagody- 50g, cukier- 3g) D02, D05, D07: Zupa jarzynowa z udkiem (seler korzeniowy (9) - 30g, marchew - 30g, pietruszka, korzeń - 30g, natka pietruszki- 5g, ziemniak- 40g, mięso z udka kurczaka bez skóry - 45g, woda - 120ml) Zamiast strogonowa szynka pieczona w sosie własnym, buraczki bez cebuli D03: Kompot bez dodatku cukru, zamiast mąki pszennej- mąka pełnoziarnista (1), zamiast buraczków ogórki kiszone D07: 150g szynki		D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, roszponka, ogórek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g, ogórek- 70g, roszponka- 30g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) Z: zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D02, D05: chleb pszenny (1)-150g zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: Dodatkowe 50g szynki drobiowej

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2310 kcal B 101,5g T 69g W 320,7g cukry 38,7g NKT 19,3g błonnik 35g sód 1875 mg	D02	2262 kcal B 99,3g T 67,6g W 314,1g cukry 37,7g NKT 18,9g błonnik 29g sód 1875 mg
D03	2275 kcal B 99,5g T 67g W 318,2g cukry 30,2g NKT 18g błonnik 35g sód 1850 mg	D05	2238 kcal B 98,3g T 53,9g W 339,9g cukry 31,4g NKT 13,5g błonnik 29g sód 1875 mg
D07	2310 kcal B 113,5g T 63,7g W 302,7g cukry 38,7g NKT 19,3g błonnik 30g sód 1875 mg	D10	2262 kcal B 99,3g T 67,6g W 314,1g cukry 37,7g NKT 18,9g błonnik 29g sód 1875 mg
D11	2262 kcal B 99,3g T 67,6g W 314,1g cukry 37,7g NKT 18,9g błonnik 29g sód 1875 mg	D01/ML	2288 kcal B 103,5g T 69g W 313g cukry 35g NKT 20,9g błonnik 33,5g sód 1825 mg

CZWARTEK 03.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z ryżem i cynamonem (mleko 2% (7)- 250ml, ryż biały- 50g, cynamon- szczypta) D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, sałata, papryka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g, sałata- 10g, papryka czerwona- 50g) Herbata- 250ml D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej), Z: papryka sparzona bez skórki D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: Chleb pszenny (1)- 150g, papryka sparzona bez skórki D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: Chleb żytni razowy(1)- 150g Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1) 50g Herbata bez cukru D07: Dodatkowe 50g szynki drobiowej	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7) - 150g, serek grani (7) (150g) z rzodkiewką (45g) i szczypiorkiem (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani(7) (150g) z pomidorem (45g) i szczypiorkiem (5g)	D01: Lekka zupa gulaszowa- porcja (400g) (pierś z kurczaka, pieczarki, cebula, papryka, ziemniaki, natka pietruszki, oliwa, czosnek, koncentrat pomidorowy) D01: Makaron penne ze szpinakiem, kurczakiem, czosnkiem, pomidorem i mozzarellą makaron penne (1)- 200g, pierś z kurczaka- 100g, szpinak- 100g, pomidor- ¼ średniego (45g), olej rzepakowy- 10g, czosnek- ząbek (5g), mozzarella (7)- 30g,mleko 2% (7)- 50ml, mąka pszenna (1)- 8g, żółtko (3) – 8g D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej) D01: Kompot owocowy- 250ml D01/ML: Spaghetti z dodatkiem napoju sojowego (6) zamiast mleka, bez mozzarelli D02, D05: Zamiast zupy gulaszowej: zupa selerowa (seler (9) ¼ średniego (70g), ziemniak mały (75g), marchew pół średniej (22g), pietruszka pół średniej (20g),mleko 2% (7) - 20ml, bulion drobiowy (9) 200ml, mąka pszenna (1) 10g, sól, pieprz) D02, D05: Bez czosnku i mozzarelli, pomidor bez skórki D03: Makaron pełnoziarnisty (1) Kompot bez cukru		D01: Kurczak w galarecie Galaretka drobiowa: (mięso z kurczaka, seler(9), cebula, marchew, por, groszek, żelatyna, pietruszka)- porcja (150g), chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g , roszponka- 30g, ogórek- 50g D01: Herbata- 300ml D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej), D02, D05: chleb pszenny (1) galaretka lekkostrawna- bez cebuli, groszku i pora D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez cukru D07: Kurczak w galarecie- podwójna porcja (2 x 150g) Chleb pszenno- żytni (1)- 100g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzycza 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2234 kcal B 100,6 g T 61,3 g W 319,9 g cukry 45 g NKT 14,9 g błonnik 30,2 g sód 1481 mg	D02	2235 kcal B 99,8 g T 64,9 g W 311,5 g cukry 45,1 g NKT 17,8 g błonnik 27,4 g sód 1470 mg
D03	2234 kcal B 100,6 g T 61,3 g W 319,9 g cukry 45 g NKT 14,9 g błonnik 30,2 g sód 1481 mg	D05	2209 kcal B 98,8 g T 43,3 g W 347,3 g cukry 38,8 g NKT 12,2 g błonnik 27,4 g sód 1351 mg
D07	2284 kcal B 120,6 g T 61,3 g W 319,9 g cukry 45 g NKT 14,9 g błonnik 30,2 g sód 1531 mg	D10	2206 kcal B 98,4 g T 59,9 g W 313,3 g cukry 44 g NKT 14,5 g błonnik 24,2 g sód 1481 mg
D11	2209 kcal B 98,8 g T 43,3 g W 347,3 g cukry 38,8 g NKT 12,2 g błonnik 27,4 g sód 1351 mg	D01/ML	2283 kcal B 102 g T 66,3 g W 318,1 g cukry 46,1 g NKT 18,2 g błonnik 33,4 g sód 1420 mg

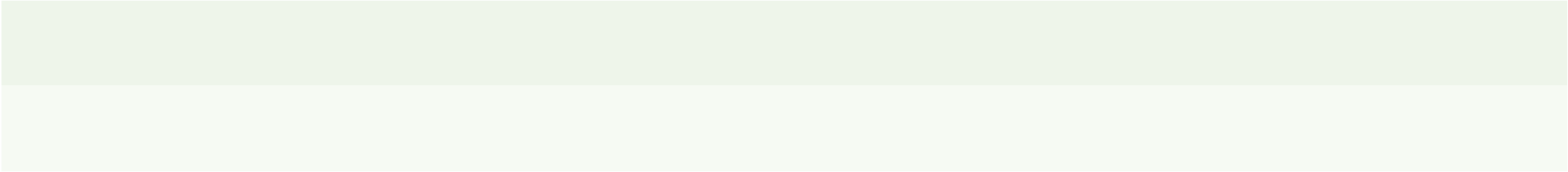
PIĄTEK 04.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą manną i jagodami (kasza manna (1) na mleku (7)- 350g, jagody (50g), cukier- pół łyżeczki (3g)) D01: Chleb, masło, kanapkowy serek śmietankowy, jajko na twardo, rzodkiewka, szczypiorek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, śmietankowy serek kanapkowy (7)- 50g, jajko na twardo (3) - sztuka (50g), rzodkiewki- 4 x 15g, szczypiorek- 10g) D01: Herbata- 250ml D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), D01/ML: Zupa mleczna na napoju sojowym wzbogacanym w wapń (6), bez serka, w zamian dodatkowe jajko (50g) i masło- 15g D02, D05: Jagody przetarte, w postaci musu, chleb pszenny (1)- 150g zamiast rzodkiewek- pomidor sparzony bez skórki (90g) Zamiast serka- szynka drobiowa (50g) (6,9,10) i masło (15g) D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi D07: Dodatkowe jajko (50g)	D03: (2 DODATKI): kefir (7)- 200ml, jogurt naturalny (7) (150g) z jabłkiem (50g) i słonecznikiem (5g) D07: (1 DODATEK): jogurt naturalny (7) (150g) z jabłkiem (50g) i słonecznikiem (5g)	D01: Zupa koperkowa z lanym ciastem (400g) bulion drobiowy (9)- 200g, marchew- 45g, ziemniaki- 80g, cebula- 25g, masło (7)- 5g, koperek- 15g, lane ciasto- 30g (jajko (3) -10g, mąka pszenna (1)- 15g, woda- 5g) D01: Dorsz pieczony w sezamie, puree ziemniaczano-buraczane (250g) i kapusta kiszona (150g) (dorsz (4)- 100g, olej rzepakowy- łyżeczka (5g), sezam (11)- łyżeczka (5g), koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), ziemniaki- 200g, burak- 50g, kapusta kiszona) D01: Kompot owocowy- 250ml Z: pierogi ruskie (mąka pszenna (1), woda, olej rzepakowy, ziemniaki, twaróg (7), cebula, masło(7)) - 7 sztuk (7 x 35g), śmietana 12% (7)- 50g buraczki- 100g D02, D05, D07, D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D03: Zamiast puree-ziemniaki gotowane- 200g podawane W CAŁOŚCI (bez buraka) Kompot bez dodatku cukru		D01: Sałatka jarzynowa z pieczywem (ziemniak- średni (90g), jajko(3)- średnie (50g), jabłko- 30g, marchew- pół średniej (22g), kukurydza- 2 łyżki (2 x 15g), ogórek konserwowy- pół średniego (30g), majonez(3,10)- łyżeczka (10g), chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g), sałata- 10g) D01: Herbata- 300ml D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: Sałatka jarzynowa z ogórkiem konserwowym bez skórki D02, D05: Sałatka jarzynowa przygotowana z białkiem z dwóch jajek (bez żółtek), zamiast majonezu olej rzepakowy- łyżeczka (5g), bez ogórka konserwowego, chleb pszenny D05: Zamiast masła-margaryna miękka (15g) D03: Chleb żytni razowy(1) 150g D07: Dodatkowo 25g szynki z piersi kurczaka (1,6,9,10)

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2211 kcal B 99,6g T 65,9g W 304g cukry 45,1g NKT 19g błonnik 28,9g sód 1974 mg	D02	2206 kcal B 97,6g T 64,5g W 305,4g cukry 44,2g NKT 18,6g błonnik 22,9g sód 1974 mg
D03	2206 kcal B 100,1g T 66,9g W 291,8g cukry 29,3g NKT 19,8g błonnik 28,9g sód 1949 mg	D05	2206 kcal B 97,6g T 64,5g W 305,4g cukry 44,2g NKT 18,6g błonnik 22,9g sód 1974 mg
D07	2211 kcal B 110,8g T 60,9g W 287,3g cukry 45,1g NKT 19g błonnik 23,9g sód 1974 mg	D10	2206 kcal B 97,6g T 64,5g W 305,4g cukry 44,2g NKT 18,6g błonnik 22,9g sód 1974 mg
D11	2206 kcal B 97,6g T 64,5g W 305,4g cukry 44,2g NKT 18,6g błonnik 22,9g sód 1974 mg	D01/ML	2211 kcal B 99,6g T 65,9g W 304g cukry 45,1g NKT 19g błonnik 28,9g sód 1974 mg



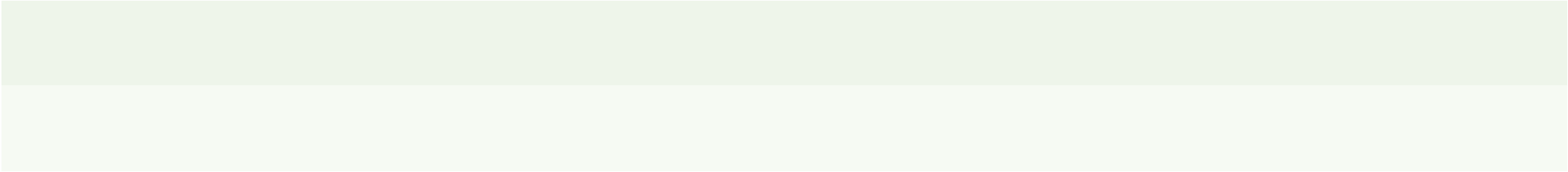
SOBOTA 05.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z zacierkami (350g) (mleko(7), mąka pszenna(1), jajo(3)) D01: Chleb, masło, polędwica sopocka, ogórek kiszony i sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, polędwica sopocka(1,6,9,10)- 50g, sałata- 40g, ogórek kiszony- średni (60g)) D01: Herbata- 250ml D10 (Potrawa przetarta/zmielona), D11 (Potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowej), Z: pomidor sparzony, bez skórki D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: Chleb pszenny (1) zamiast polędwicy szynka drobiowa (1,6,9,10) zamiast ogórka kiszzonego pomidor sparzony bez skórki D05: Zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zamiast zacierek -płatki owsiane (1) (50g) chleb żytni razowy(1) 150g Herbata bez cukru	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, serek grani (7) (150g) z ogórkiem (30g), papryką (30g) i słonecznikiem (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani (7) (150g) z ogórkiem (30g), papryką (30g) i słonecznikiem (5g)	D01: Zupa grochowa (400ml) (groch, por, czosnek, marchewka, pietruszka, seler(9), ziemniaki, cebula, olej rzepakowy) D01: Pyzy z mięsem drobiowym (6 sztuk po 55g), surówka z selera i jabłka (150g) (mięso drobiowe, cebula, masło(7), jaja(3), bułka tarta(1), ziemniaki, mąka pszenna(1), mąka ziemniaczana, surówka: jabłko (80g), seler korzeniowy (9) (50g), jogurt naturalny (7) 10g, majonez (3,10) (7g), sok z cytryny 3g) D01: Kompot - 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: surówka bez jogurtu D02, D05, D07: zupa jarzynowa z udkiem (seler korzeniowy (9) - 30g, marchew - 30g, pietruszka, korzeń - 30g, natka pietruszki- 5g, ziemniak- 40g, mięso z udka kurczaka bez skóry - 45g, woda - 120ml) pyzy z mięsem bez cebuli, zamiast surówki marchewka gotowana z dodatkiem masła D03: Zamiast pyz -filet z kurczaka z sosem pieczarkowym (filet z kurczaka- 100g, pieczarki- 40g, cebula- 10g, olej rzepakowy- łyżeczka (5g), kasza pęczak(1)- 200g, surówka z selera i jabłka (150g) Kompot bez dodatku cukru		D01: Pasztet drobiowy, chleb, papryka i roszonek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, pasztet drobiowy (3)- 50g, masło (7)- 15g, roszonek- 30g, papryka- 60g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowej) Z: papryka sparzona bez skórki- 50g D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, zamiast pasztetu szynka z kurczaka (50g), papryka sparzona bez skórki D05:, zamiast masła margaryna roślinna D03: chleb żytni razowy(1)- 150g herbata bez cukru D07: Pasztet drobiowy- porcja 100g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2365 kcal B 106,4g T 70,9g W 325,2g cukry 47,3g NKT 21g błonnik 38g sól 1950 mg	D02	2318 kcal B 104,3g T 69,5g W 318,7g cukry 46,4g NKT 20,6g błonnik 31g sól 1950 mg
D03	2365 kcal B 106,4g T 70,9g W 325,2g cukry 41,4g NKT 21g błonnik 38g sól 1950 mg	D05	2294 kcal B 103,2g T 56,1g W 344,1g cukry 40,1g NKT 15,3g błonnik 31g sól 1950 mg
D07	2365 kcal B 118,2g T 65,7g W 307,4g cukry 47,3g NKT 21g błonnik 32g sól 1950 mg	D10	2318 kcal B 104,3g T 69,5g W 318,7g cukry 46,4g NKT 20,6g błonnik 31g sól 1950 mg
D11	2318 kcal B 104,3g T 69,5g W 318,7g cukry 46,4g NKT 20,6g błonnik 31g sól 1950 mg	D01/ML	2365 kcal B 106,4g T 70,9g W 325,2g cukry 47,3g NKT 21g błonnik 38g sól 1900 mg



NIEDZIELA 06.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą jaglaną i cynamonem (mleko 2% (7)- 250ml, kasza jaglana- 45g, cynamon- szczypta) D01: Chleb, masło, szynka wieprzowa, pomidor (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, szynka wieprzowa- 50g, pomidor- 60g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) Z: pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1) (150g) zamiast szynki wieprzowej - szynka drobiowa (1,6,9,10) pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (50g) chleb żytni razowy(1) 150g Herbata bez cukru	D03: (2 DODATKI): skyr - 150g, koktajl jagodowy: maślanka (7) 1,5%- 150g, jagody- 50g D07: (1 DODATEK): koktajl jagodowy: maślanka (7) 1,5%- 150g, jagody- 50g	D01: Rosół z makaronem (400ml) (mięso z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, natka pietruszki, seler(9), por, kapusta, makaron(1)) D01: Kotlet schabowy smażony z ziemniakami z koperkiem (250g), sałata ze śmietaną (7)(150g) (schab- 100g, olej rzepakowy- łyżka (10g), bułka tarta(1)- 1,5 łyżki (12g), jajko(3)- 20g , ziemniaki- 250g, sałata- 125g, śmietana 18% (7)- 25g) D01: Kompot- 250ml D01/ML: sałata bez śmietany, w zamian olej rzepakowy- łyżeczka (5g) D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) D02, D05: rosół chudy- przygotowany na piersi z kurczaka i skrzydełkach bez skóry Zamiast kotleta schabowego- pierś z kurczaka pieczona w marynacie jogurtowej (pierś z kurczaka- 100g, jogurt naturalny (7)-75g, przyprawy: słodka papryka, gałka muskatołowa, sól, pieprz) Sałata z dodatkiem jogurtu naturalnego (7) D03: zamiast kotleta schabowego- pierś z kurczaka pieczona w marynacie jogurtowej (pierś z kurczaka- 100g, jogurt naturalny (7)-75g, przyprawy: słodka papryka, gałka muskatołowa, sól, pieprz) Kompot bez dodatku cukru Zamiast ziemniaków kasza gryczana (250g)		D01: Sałatka śledziowa z jajkiem (100g), masło, ogórek kiszony, pieczywo (ziemniaki gotowane, olej rzepakowy, filety ze śledzia atlantyckiego (4), marchew gotowana, jajka (3), cebula marynowana, ocet, gorczyca (10), szczypiorek), ogórek kiszony (60g), masło(7)- 15g, chleb pszenno- żytni (1)- 150g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) Z, D02, D05, D10, D11: Twarożek ziołowy: twaróg półtłusty (7) - 100g, jogurt naturalny (7) - 50g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), pietruszka- 2 łyżeczki (2 x 5g) podawany z pomidorem sparzonym bez skórki (100g), masło(7)- 15g (1,10) D02, D05: chleb pszenny (1) D05: Zamiast masła margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni pełnoziarnisty (1) herbata bez cukru D07: Pół porcji sałatki więcej

Alergeny: 1-gluten, 2-skorupiaki, 3-jaja, 4-ryby, 5-orzeszki, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-sezam, 12-dwutlenek siarki, 13-lubin, 14-mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2366 kcal B 107g T 71,7g W 322,2g cukry 41,6g NKT 21,3g błonnik 30,6g sód 1651 mg	D02	2318 kcal B 104,8g T 70,3g W 315,6g cukry 40,6g NKT 20,9g błonnik 24,6g sód 1354 mg
D03	2366 kcal B 107g T 71,7g W 322,2g cukry 35,6g NKT 21,3g błonnik 30,6g sód 1403 mg	D05	2294 kcal B 103,8g T 56,6g W 341,4g cukry 34,3g NKT 15,5g błonnik 24,6g sód 1321 mg
D07	2366 kcal B 119g T 66,4g W 304,2g cukry 41,6g NKT 21,3g błonnik 25,6g sód 1486 mg	D10	2318 kcal B 104,8g T 70,3g W 315,6g cukry 40,6g NKT 20,9g błonnik 24,6g sód 1354 mg
D11	2318 kcal B 104,8g T 70,3g W 315,6g cukry 40,6g NKT 20,9g błonnik 24,6g sód 1354 mg	D01/ML	2366 kcal B 107g T 71,7g W 322,2g cukry 41,6g NKT 21,3g błonnik 30,6g sód 1569 mg

PONIEDZIAŁEK 07.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z zacierkami (350g) (mleko(7), mąka pszenna(1), jajo(3)) D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, sałata, ogórek kiszony (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g, ogórek kiszony- średni (60g), sałata- 20g) D01: Herbata- 250ml D01/ML: zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g zamiast ogórka - pomidor sparzony, bez skórki D05: Zamiast masła-margaryna miękka (15g) D03: chleb żytni razowy (1)- 150g herbata bez cukru, zamiast zacierki - płatki owsiane (1) (50g) D07: Dodatkowe 25g szynki	D03: (2 DODATEK1): jogurt naturalny (7) - 150g, serek wiejski(7)- (150g) z rzodkiewkami- 3 średnie (3 x 15g) i szczypiorkiem- 2 łyżeczki (2 x 5g) D07: (1 DODATEK): serek wiejski(7)- (150g) z rzodkiewkami- 3 średnie (3 x 15g) i szczypiorkiem- 2 łyżeczki (2 x 5g)	D01: Zupa ogórkowa (400ml) (bulion drobiowy(9),marchewka, pietruszka, seler(9), ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana(7), koper, olej rzepakowy) D01: Potrawka z kurczaka gotowana z groszkiem i marchewką z ryżem i surówką z białej kapusty (Udko z kurczaka-100g, bulion drobiowy- 50ml, marchewka- 30g,groszek zielony-30g, cebula -20g, śmietana(7)- 20g, olej rzepakowy-10g, natka pietruszki 2g, ryż- 250g, surówka z białej kapusty- 150g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) D01/ML: Zupa bez dodatku śmietany zabelana mlekiem sojowym(6) Z, : pierogi ruskie (mąka pszenna (1), woda, olej rzepakowy, ziemniaki, twaróg (7), cebula, masło(7)) - 7 sztuk (7 x 35g), śmietana 12% (7)- 50g buraczki- 100g D02, D05: zamiast zupy ogórkowej- rosół na chudym mięsie (250ml) (mięso z kurczaka, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler(9) z makaronem (1) (100g), marchewką (45g) i natką pietruszki (5g), zamiast surówki cukinia- 145g, olej rzepakowy- 5g Udka z kurczaka bez skóry, potrawka bez groszku i cebuli D03: ryż brązowy Kompot bez cukru		D01: Chleb, masło, mozzarella, sałata lodowa, pomidor (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, mozzarella (7)- 60g, sałata lodowa- 50g, pomidor- 50g) D01: Herbata- 300ml D02, D05: chleb pszenny (1) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D01/ML: zamiast mozzarelli polędwica sopočka (1,6,9,10)- 50g D03: chleb żytni razowy(1)- 150g D07: dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- łubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2312 kcal B 106,1g T 70,7g W 311,3g cukry 36,9g NKT 21g błonnik 27,6g sód 1949 mg	D02	2179 kcal B 98,9g T 66,5g W 297,6g cukry 26,8g NKT 18,7g błonnik 25g sód 1860 mg
D03	2325 kcal B 103g T 68,7g W 320,5g cukry 38,7g NKT 19,6g błonnik 27,6g sód 1939 mg	D05	2155 kcal B 97,8g T 53,1g W 322,9g cukry 20,6g NKT 13,4g błonnik 25g sód 1860 mg
D07	2312 kcal B 117,9g T 65,5g W 293,5g cukry 36,9g NKT 21g błonnik 23,6g sód 1949 mg	D10	2265 kcal B 104g T 69,3g W 304,8g cukry 35,9g NKT 20,6g błonnik 22,6g sód 1949 mg
D11	2265 kcal B 104g T 69,3g W 304,8g cukry 35,9g NKT 20,6g błonnik 22,6g sód 1949 mg	D01/ML	2312 kcal B 106,1g T 70,7g W 311,3g cukry 36,9g NKT 21g błonnik 27,6g sód 1899 mg

WTOREK 08.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą manną i jagodami (kasza manna (1) na mleku (7)- 350g, jagody (50g), cukier- pół łyżeczki (3g)) D01: Chleb, masło, jajka na twardo, rzodkiewka, szczypiorek, roszponka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, jajka na twardo (3) - 2 sztuki (2 x 50g), rzodkiewki- 4 x 15g, szczypiorek- 10g, roszponka- 30g) Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: Zupa mleczna na napoju sojowym wzbogaconym w wapń (6) D02, D05: Jagody przetarte, w postaci musu, chleb pszenny (1)- 150g, 1 jajko, dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g Zamiast rzodkiewek- pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1) D07: Dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, kanapka z szynką drobiową i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 30g, roszponka- 10g, ogórek- 30g D07: (1 DODATEK): kanapka z szynką drobiową i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 30g, roszponka- 10g, ogórek- 30g	D01: Zupa grysikowa - 400ml (kasza manna (1)- 100g, marchew- 30g, seler(9)- 30g, pietruszka-30g, wywar mięsny drób(9)- 200ml, sól, pieprz ziołowy) D01: Gulasz z czerwonej soczewicy z dynią, papryką, cebulą i pieczarkami z ryżem i surówką z kapusty pekińskiej (150g) (dynia- 50g, pieczarki- 2 x 20g, papryka- 45g, przecier pomidorowy- 100ml, soczewica, nasiona suche- 50g, cebula- 20g, sos sojowy(6)- 10g, olej rzepakowy- 10g, ryż biały- 300g, kapusta pekińska (90g), jabłko (40g), koperek (10g), jogurt naturalny (7) (10g) D01: Kompot- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: zamiast jogurtu majonez (1,3)- 10g D02, D05: gulasz w wersji lekkostrawnej- bez soczewicy, sosu sojowego i pieczarek, w zamian pierś z kurczaka- 100g, dodatkowe 30g dyni, zamiast surówki zielona sałata z jogurtem naturalnym (7) D03: Kompot bez dodatku cukru Ryż brązowy D07: gulasz w wersji lekkostrawnej- bez soczewicy, sosu sojowego i pieczarek, w zamian pierś z kurczaka- 150g, dodatkowe 30g dyni zamiast surówki zielona sałata z jogurtem naturalnym (7)		D01: Kanapki z serem twarogowym wędzonym, sałatą i pomidorem (chleb pszenno- żytni- 150g, ser twarogowy wędzony (7)- 100g, masło- 15g, pomidor- 60g, sałata- 40g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: zamiast sera szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10) D02, D05: chleb pszenny(1)- 150g twaróg chudy- 50g, pomidor sparzony bez skórki D05: zamiast masła margaryna miękka D03: chleb żytni razowy (1)- 150g D07: dodatkowo 50g szynki z piersi kurczaka (1,6,9,10)

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2205 kcal B 87g T 68,7g W 310,2g cukry 40g NKT 20,3g błonnik 34g sól 1860 mg	D02	2224 kcal B 86,2 g T 67,5 g W 318 g cukry 39,1 g NKT 19,9 g błonnik 28,2 g sól 1861 mg
D03	2205 kcal B 87g T 68,7g W 310,2g cukry 34,2g NKT 20,3g błonnik 34g sól 1860 mg	D05	2201 kcal B 85,2 g T 54,4 g W 342,7 g cukry 33 g NKT 14,8 g błonnik 28,2 g sól 1861 mg
D07	2205 kcal B 98,5g T 63,6g W 293g cukry 40g NKT 20,3g błonnik 29g sól 1860 mg	D10	2224 kcal B 86,2 g T 67,5 g W 318 g cukry 39,1 g NKT 19,9 g błonnik 28,2 g sól 1861 mg
D11	2224 kcal B 86,2 g T 67,5 g W 318 g cukry 39,1 g NKT 19,9 g błonnik 28,2 g sól 1861 mg	D01/ML	2253 kcal B 100,3 g T 66,2 g W 313,3 g cukry 33 g NKT 20 g błonnik 32,7 g sól 1826 mg

ŚRODA 09.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna: owsianka ze śliwkami i cynamonem (mleko 2% (7)- 250ml, płatki owsiane(1)- 50g, śliwki węgierki- 50g, cynamon - szczypta) D01: Chleb, masło, szynka z piersi kurczaka, pomidor i sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g, sałata- 10g, pomidor- 80g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: Zupa mleczna zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, pomidor sparzony bez skórki (90g) Zamiast śliwek gotowana gruszka bez skórki- 50g, zamiast płatków owsianych płatki jaglane D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: Owsianka bez śliwek chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: dodatkowe 25g szynki	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny(7) - 150g, serek grani(7) (150g) z rzodkiewkami (3 x 15g) D07: (1 DODATEK): serek grani(7) (150g) z rzodkiewkami (3 x 15g)	D01: Zupa pomidorowa z makaronem - 400g (marchew- 20g, seler (9) - 30g, pietruszka- 20g, śmietana(7) 18%- 12g, bulion drobiowy(9)- 200ml, koncentrat pomidorowy- 25g, makaron bezjajeczny z semoliny (1)- 100g) D01: Gołąbki bez zawijania gotowane w sosie pieczarkowym podawane z ziemniakami z koperkiem i kalafiolem (150g) (gołąbek w sosie (szynka wieprzowa, ryż, jaja (3), kapusta, cebula, bulion warzywny (9), sos: mleko 2% (7), pieczarki, masło(7))- sztuka (290g), ziemniaki- 250g, kalafior- 145g, masło (7)- 5g) D01: Kompot- 250ml D01/ML: Zupa pomidorowa bez śmietany, sos na mleku sojowym wzbogacany w wapń (6) D02, D05:pulpeciki gotowane w jasnym sosie koperkowym: filet z kurczaka- 100g, bułka pszenna (1)- 20g, jajko (3)- 15g, olej rzepakowy- 5g,mleko 2% (7)-50ml, mąka (1)-8g, 5g, koperek- 5g D05: zamiast masła margaryna roślinna miękka D03: gołąbki przygotowane z ryżem brązowym Kompot bez dodatku cukru Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym (1) D07: 2 gołąbki, 200g ziemniaków		D01: Kanapki z serem żółtym, sałatą, ogórkiem i szczypiorkiem (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, ser gouda (7)- 50g, sałata- 30g, ogórek- 70g, szczypiorek- 5g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: Zamiast sera żółtego szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10) - 50g D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g zamiast sera żółtego szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g, zamiast ogórka, pomidor sparzony ze skórki, bez szczypiorku, w zamian sałata- 10g D05: zamiast masła margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez cukru D07: dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- łubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2303 kcal B 102,4g T 67,9g W 319,9g cukry 47,9g NKT 19,7g błonnik 40,5g sód 1975 mg	D02	2257 kcal B 100,3g T 66,5g W 313,6g cukry 47g NKT 19,3g błonnik 32,5g sód 1853 mg
D03	2303 kcal B 102,4g T 67,9g W 319,9g cukry 42,2g NKT 19,7g błonnik 40,5g sód 1920 mg	D05	2234 kcal B 99,3g T 53,4g W 338,4g cukry 41g NKT 14,1g błonnik 32,5g sód 1808 mg
D07	2303 kcal B 114g T 62,8g W 302,6g cukry 47,9g NKT 19,7g błonnik 34,5g sód 1975 mg	D10	2257 kcal B 100,3g T 66,5g W 313,6g cukry 47g NKT 19,3g błonnik 32,5g sód 1853 mg
D11	2257 kcal B 100,3g T 66,5g W 313,6g cukry 47g NKT 19,3g błonnik 32,5g sód 1853 mg	D01/ML	2268 kcal B 102,9g T 68,9g W 307,7g cukry 37,7g NKT 20,5g błonnik 40,5g sód 1900 mg

CZWARTEK 10.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą jaglaną i malinami (Mleko 2% (7)- 250ml, kasza jaglana- 50g, maliny (50g), cukier- pół łyżeczki (3g)) D01: Chleb, masło, polędwica sopocka, ogórek kiszony i sałata (Chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, polędwica sopocka(1,6,9,10)- 50g, sałata- 10g, ogórek kiszony- średni (60g)) D01: Herbata bez cukru- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowej), Z: zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05:chleb pszenny (1) (150g) zamiast polędwicy szynka drobiowa (1,6,9,10) zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) maliny przetarte, w postaci musu D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi(1) (50g), bez cukru chleb żytni razowy(1) 150g Herbata bez cukru D07: dodatkowe 25g polędwicy	D03: (2 DODATKI): skyr (7)- 150g, koktajl truskawkowy: kefir (7)- 150g, truskawki- 50g D07: (1 DODATEK): skyr (7)- 150g	D01: Zupa z soczewicy (400ml) (soczewica czerwona, nasiona suche - 3 łyżki (3x15g.), cebula - 15g, papryka czerwona - 45g, czosnek - 0,5 ząbka (3g.), ziemniaki - 1 szt. (90g.), pomidory krojone- 100g, woda - 100g, olej rzepakowy- 5g) D01: Kotlet mielony pieczony z ziemniakami (250g) i mizerią (150g) (mięso wołowo- wieprzowe- 100g, bułka tarta(1)- 2 łyżki (2 x 8g), jajko(3)- 10g, olej rzepakowy- łyżka (10g), ziemniaki- 250g, ogórek- 125g, jogurt naturalny (7)- 25g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowej), Z: dodatkowo sos: bulion warzywny (9)- 50ml, mąka kukurydziana- 8g, olej rzepakowy- 5g, marchew- 30g) D01/ML: zamiast jogurtu olej rzepakowy- łyżeczka (5g) D02, D05:Zamiast zupy z soczewicy krem z dyni: dynia- 100g, ziemniak- 90g, marchew- 30g, pietruszka- 20g, olej rzepakowy- 10g, bulion drobiowy(9)- 150ml) Zamiast kotleta potrawka z kurczaka: udko z kurczaka bez skóry (100g) w jasnym sosie koperkowym (mleko 2% (7)- 50ml, mąka (1)- 8g, margaryna roślinna miękka- 5g , koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g)) Ziemniaki w postaci PUREE z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) Zamiast ogórków pomidory bez skórki D03: kompot bez dodatku cukru D07: Zamiast zupy z soczewicy krem z dyni: dynia- 100g, ziemniak- 90g, marchew- 30g, pietruszka- 20g, olej rzepakowy- 10g, bulion drobiowy(9)- 150ml)		D01: Pasta z makreli i twarożku z dodatkiem ziół, pomidor, pieczywo (twaróg półtłusty (7)- (50g, makrela wędzona(4)- 50g, cebula- 20g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), pietruszka- 2 łyżeczki (2 x 5g), musztarda dijon (10)- łyżeczka (10g), jogurt grecki(7)- łyżka (25g) pomidor- pół średniego (90g), chleb pszenno- żytni (1)- 150g) Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowej), Z: pomidor sparzony bez skórki (100g) D01/ML: Pasta z makreli z jajkiem(3) na twardo, zamiast twarożku i łyżeczką majonezu(3,10) zamiast jogurtu D02, D05,: Twarożek ziołowy: twaróg półtłusty(7) - 100g, jogurt naturalny (7) - 50g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), pietruszka- 2 łyżeczki (2 x 5g) podawany z pomidorem (100g), masło(7)- 15g (1,10) D02, D05: chleb pszenny (1), pomidor sparzony bez skórki D05: Zamiast masła margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni pełnoziarnisty (1) herbata bez cukru D07: Pół porcji pasty więcej

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2311 kcal B 106,9g T 71,7g W 307,2g cukry 35,8g NKT 21,2g błonnik 34,4g sód 1949 mg	D02	2263 kcal B 104,7g T 70,3g W 300,6g cukry 34,8g NKT 20,8g błonnik 27,4g sód 1949 mg
D03	2348 kcal B 107,7g T 71,8g W 316,2g cukry 31,6g NKT 21,3g błonnik 34,6g sód 1949 mg	D05	2239 kcal B 103,7g T 56,6g W 326,4g cukry 28,5g NKT 15,4g błonnik 27,4g sód 1949 mg
D07	2311 kcal B 118,9g T 66,4g W 289,2g cukry 35,8g NKT 21,2g błonnik 28,4g sód 1949 mg	D10	2263 kcal B 104,7g T 70,3g W 300,6g cukry 34,8g NKT 20,8g błonnik 27,4g sód 1949 mg
D11	2263 kcal B 104,7g T 70,3g W 300,6g cukry 34,8g NKT 20,8g błonnik 27,4g sód 1949 mg	D01/ML	2311 kcal B 106,9g T 71,7g W 307,2g cukry 35,8g NKT 21,2g błonnik 34,4g sód 1899 mg

PIĄTEK 11.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki jęczmienne(1)- 50g) D01: Chleb pszenno- żytni, masło, serek grani z rzodkiewkami i szczypiorkiem, rozponka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, serek grani(7)- 150g, rzodkiewki- 4 średnie (4 x 15g) , szczypiorek- 10g, rozponka- 30g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: zamiast twarożku -szynka drobiowa(1,6,9,10) (50g) Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g Zamiast rzodkiewek i szczypiorku- pomidor sparzony bez skórki (90g) D05:zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zamiast płatków jęczmiennych- płatki owsiane (1) (50g), chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: 100g serka grani więcej	D03: (2 DODATKI): skyr (7) - 150g, koktajl jagodowo-cynamonowy: kefir (7) (150g) z jagodami (50g) i płatkami owsianymi(1) (20g) i cynamonem D07: (1 DODATEK): skyr (7) 150g	D01: Zupa pieczarkowa z makaronem (400ml) (zupa pieczarkowa: masło (7), olej rzepakowy, pieczarki, cebula, marchew, ziemniaki bulion drobiowy(9), natka pietruszki, koper, śmietana(7)- 300ml, makaron pszenny (1)- 100g) D01: Ryba smażona w cieście naleśnikowym z ziemniakami (250g) i surówką z białej kapusty z marchewką (150g) (filet z mintaja (4) -100g, mąka pszenna (1)- 40g, jajko (3)- 50 g, woda gazowana – 100ml, olej rzepakowy- 10 g, ziemniaki gotowane – 250g surówka z kapusty białej z marchewką i koperkiem- 150g (kapusta- 100g, marchew- 40g, koperek- 3g, olej rzepakowy-5g, sok z cytryny-2g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: zamiast surówki cukinia gotowana- 145g z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) D02, D05: ryba pieczona, zamiast zupy pieczarkowej- rosół na chudym mięsie (250ml) (mięso z kurczaka, marchewka, pietruszka, natka pietruszki, seler(9) z makaronem (1) (100g), marchewką (45g) i natką pietruszki (5g) Zamiast surówki kalafior gotowany- 145g z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) D01/ML: Zupa bez dodatku śmietany zabieleną mlekiem sojowym(6) D03: do zupy makaron pełnoziarnisty(1)- 100g Kompot bez cukru D07: Zamiast surówki kalafior gotowany- 145g z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) 150g filetu		D01: Jajka na twardo, pieczywo, papryka, sałata, masło (chleb pszenno- żytni (1) (150g), jajka (3)- 2 x 50g, papryka (50g), sałata (10g), masło (7)- 15g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: papryka sparzona bez skórki D02, D05:chleb pszenny (1)- 150g Zamiast jajek serekgrani(7)- 150g z koperkiem (5g) i pietruszką (5g) papryka sparzona bez skórki (90g) D05: zamiast masła margaryna roślinna, miękka- 15g D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: Dodatkowo 30g szynki drobiowej (1,6,9,10)

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2248 kcal B 91,6g T 70,7g W 310,6g cukry 34,4g NKT 20,9g błonnik 40g sód 1860 mg	D02	2251 kcal B 89,6g T 69,3g W 317,4g cukry 37,2g NKT 20,6g błonnik 34,1g sód 1861 mg
D03	2222 kcal B 100g T 65,8g W 306,6g cukry 39,4g NKT 18,1g błonnik 37,6g sód 1558 mg	D05	2227 kcal B 88,6g T 55,8g W 342,9g cukry 31g NKT 15,3g błonnik 34,1g sód 1861 mg
D07	2248 kcal B 103,4g T 65,5g W 292,8g cukry 34,4g NKT 20,9g błonnik 34g sód 1860 mg	D10	2201 kcal B 89,4g T 69,3g W 304,1g cukry 33,4g NKT 20,5g błonnik 33g sód 1860 mg
D11	2201 kcal B 89,4g T 69,3g W 304,1g cukry 33,4g NKT 20,5g błonnik 33g sód 1860 mg	D01/ML	2008 kcal B 99,6g T 53g W 230,6g cukry 22,4g NKT 13g błonnik 35g sód 1550 mg

SOBOTA 12.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z ryżem, jagodami i cynamonem (mleko 2% (7)- 250ml, ryż biały- 45g, jagody mrożone- 50g,cukier-2,cynamon-szczypta) D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, sałata, papryka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, SZYNKA DROBIOWA (1,6,9,10)- 50g, sałata- 10g, papryka czerwona- 50g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: papryka sparzona bez skórki D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy (6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, papryka sparzona bez skórki Jagody przetarte, w postaci musu D05:zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: Zupa mleczna z ryżem brązowym (45g), chleb żytni razowy (1)- 150g herbata bez cukru D07: dodatkowe 25g szynki drobiowej	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7) - 150g, serek grani (7) (150g) z rzodkiewką (45g) i szczypiorkiem (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani(7) (150g) z pomidorem (45g) i szczypiorkiem (5g)	D01: Barszcz czerwony (400ml) (składniki: wywar mięsny drobiowy (9)- 150ml, burak- 100g, ziemniaki-90g, marchew-15g, seler (9)-15g, pietruszka-15g, , śmietana18% (7)- 10g, mąka pszenna (1)- 5g, majeranek, sól, pieprz) D01: Schab duszony z warzywami, kaszą gryczaną (250g) i surówką z kapusty pekińskiej i koperku (150g) (schab- 100g, olej rzepakowy- 10g, fasolka szparagowa- 30g, pieczarki- sztuka (20g), papryka- 20g, bulion warzywny(9)- 50ml, mąka kukurydziana- 8g, kasza gryczana- 300g, kapusta pekińska- 125g, cebula- 10g, koperek- 5g, majonez (3,10)- 10g, sok z cytryny-3g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), D02, D05, Z, : Zamiast kaszy- KOPYTKA(ziemniaki, skrobia ziemniaczana, mąka pszenna(1), jaja(3)) (250g) D01/ML: barszcz bez śmietany, sos na napoju sojowym (6) (zamiast śmietanki) D02, D05: zupa bez dodatku śmietany Zamiast schabu indyk w wersji lekkostrawnej (filet z indyka- 100g, olej rzepakowy- 10g, papryka- 20g, marchew- pół średniej (22g), koncentrat pomidorowy- łyżeczka (12g), bulion warzywny(9)- 50ml) D02, D05: zamiast surówki brokuły (145g) z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) D03: Kompot bez dodatku cukru, barszcz z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1) D07: Zamiast surówki brokuły (145g) z dodatkiem oleju rzepakowego (5g)		D01: Pieczywo, masło, kielbasa, ogórek, sałata (chleb pszenno- żytni(1)- 150g, masło(7)- 15g, kielbasa krakowska sucha(1,6,9,10)- 50g, ogórek- 70g, sałata-30g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g chleb pszenny (1)- 150g Zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzycza 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- łubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2210 kcal B 96,2 g T 64 g W 312,9 g cukry 34,1 g NKT 17,1 g błonnik 41,4 g sód 1852 mg	D02	2201 kcal B 95,5 g T 62,8 g W 314,5 g cukry 33,3 g NKT 16,7 g błonnik 35,4 g sód 1810 mg
D03	2210 kcal B 96,2 g T 64 g W 312,9 g cukry 34,1 g NKT 17,1 g błonnik 41,4 g sód 1852 mg	D05	2201 kcal B 95,5 g T 62,8 g W 314,5 g cukry 33,3 g NKT 16,7 g błonnik 35,4 g sód 1810 mg
D07	2264 kcal B 118,2 g T 60,4 g W 296 g cukry 34,3 g NKT 17,6 g błonnik 35,4 g sód 2332 mg	D10	2201 kcal B 95,5 g T 62,8 g W 314,5 g cukry 33,3 g NKT 16,7 g błonnik 35,4 g sód 1810 mg
D11	2201 kcal B 95,5 g T 62,8 g W 314,5 g cukry 33,3 g NKT 16,7 g błonnik 35,4 g sód 1810 mg	D01/ML	2223 kcal B 100,2 g T 66 g W 307,7 g cukry 32,9 g NKT 20 g błonnik 39,9 g sód 1827 mg

NIEDZIELA 13.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki owsiane (1)- 50g) D01: Chleb, masło, szynka wieprzowa, ogórek kiszony- sztuka (60g) (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 10g, szynka wieprzowa (1,6,9,10)- 50g, ogórek kiszony- sztuka (60g) Herbata bez cukru- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy wzbogacany w wapń (alergeny:6) D02, D05: chleb pszenny (1) (150g) zamiast szynki wieprzowej - szynka drobiowa(1,6,9,10) Zamiast płatków owsianych płatki ryżowe D02, D05, Z: zamiast ogórka papryka sparzona bez skórki D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy (1) 150g Herbata bez cukru D07: dodatkowe 50g szynki	D03: (2 DODATKI): skyr (7)- 150g, koktajl jagodowy: maślanka 1,5%(7)- 150g, jagody- 50g D07: (1 DODATEK): skyr (7)- 150g	D01: Rosół z makaronem (400ml) (mięso z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, natka pietruszki, seler(9), por, kapusta, makaron(1)) D01: Kotlet schabowy smażony z ziemniakami (300g) z koperkiem i surówką z kalarepy, ogórka i rzodkiewki (150g) (schab- 100g, olej rzepakowy- 5g, bułka tarta (1)- 1,5 łyżki (12g), jajko (3)- 20g , ziemniaki- 250g, surówka: kalarepa (60g), ogórek (40g), rzodkiewki (25g), jogurt naturalny (7) (20g), szczypiorek (5g)) D01: Kompot owocowy- 250ml D01/ML: surówka z dodatkiem oleju rzepakowego zamiast jogurtu D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej), Z, : ziemniaki w postaci puree D02, D05: Rosół chudy- przygotowany na piersi z kurczaka i skrzydełkach bez skóry Zamiast ziemniaków- kopytka- 250g (alergeny: 1,3) D02, D05, Z: Zamiast kotleta- pulpecik drobiowy w sosie pomidorowym (filet z kurczaka- 100g, jajko (3)- 10g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), bulion warzywny (9)- 100ml, przecier pomidorowy- 30ml) zamiast surówki kalafior gotowany- 150g D03: Kompot owocowy bez dodatku cukru, Zamiast kotleta- PULPECIK DROBIOWY W SOSIE POMIDOROWYM (filet z kurczaka- 80g, jajko (3)- 10g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), bulion warzywny (9)- 100ml, przecier pomidorowy- 30ml) Zamiast ziemniaków kasza gryczana (250g) Surówka bez kukurydzy D07: zamiast surówki kalafior gotowany- 150g		D01: Kanapki z serem żółtym, sałatą i pomidorem (chleb pszenno- żytni- 150g, ser gouda (7)- 50g, masło- 15g, pomidor- 60g, sałata- 40g) D01: Herbata- 300ml D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g D02, D05: zamiast sera, szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g, pomidor sparzony bez skórki D01/ML: zamiast sera, szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g D05: zamiast masła margaryna miękka D03: chleb żytni razowy (1)- 150g D07: dodatkowe 50g szynki

Alergeny: 1-gluten, 2-skorupiaki, 3-jaja, 4-ryby, 5-orzeszki, 6-soja, 7-mleko, 8-orzechy, 9-seler, 10-gorczyca, 11-sezam, 12-dwutlenek siarki, 13-lubin, 14-mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2321 kcal B 106,5g T 71g W 312,5g cukry 37,1g NKT 21,1g błonnik 23,6g sód 1949 mg	D02	2274 kcal B 104,4g T 69,6g W 306g cukry 36,1g NKT 20,7g błonnik 22,6g sód 1714 mg
D03	2321 kcal B 106,5g T 71g W 312,5g cukry 31,1g NKT 21,1g błonnik 23,6g sód 1776 mg	D05	2250 kcal B 103,3g T 56,1g W 331,5g cukry 29,9g NKT 15,3g błonnik 22,6g sód 1672 mg
D07	2321 kcal B 118,4g T 65,7g W 294,7g cukry 37,1g NKT 21,1g błonnik 22,6g sód 1881 mg	D10	2274 kcal B 104,4g T 69,6g W 306g cukry 36,1g NKT 20,7g błonnik 22,6g sód 1714 mg
D11	2274 kcal B 104,4g T 69,6g W 306g cukry 36,1g NKT 20,7g błonnik 22,6g sód 1714 mg	D01/ML	2321 kcal B 106,5g T 71g W 312,5g cukry 37,1g NKT 21,1g błonnik 23,6g sód 1899 mg

PONIEDZIAŁEK 14.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki jęczmienne (1) - 50g) D01: Chleb, masło, kielbaski drobiowe, ketchup, ogórek, sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, kielbaski drobiowe (1,6,9,10)- 100g, ketchup- łyżeczka (10g), ogórek- 70g, sałata- 30g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: Zamiast ogórka - pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: : chleb pszenny (1)- 150g, zamiast kielbasek- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10) (50g) Bez ketchupu Zamiast ogórka- pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni razowy(1)- 150g, Herbata bez dodatku cukru	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, kanapka z szynką drobiową i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, szynka drobiowa (1,6,9,10)- 30g, sałata- 10g, rzodkiewka- sztuka (15g) D07: (1 DODATEK): jogurt naturalny (7) - 150g z owocem - 50g	D01: Zupa brokułowa z ziemniakiem (400ml) (ziemniak- 140g, włoszczyzna (9)- 30g, brokuły- 50g, olej rzepakowy- łyżeczka (5g), mąka pszenna(1)- 10g, śmietana 12%(7)- 9g, bulion warzywny(9)- 150ml) D01: Udka pieczone w marynacie jogurtowej z kaszą kuskus (300g) i surówką z kapusty pekińskiej (150g) (udko z kurczaka- 100g, jogurt naturalny (7) - 75g, czosnek- 5g, kuskus - 250g, surówka z kapusty pekińskiej (kapusta pekińska-90g, marchewka-30g, jabłko-15g, majonez (3,10)- 5g, natka pietruszki-0,5g, koperek-0,5g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: Zamiast surówki - cukinia gotowana (150g) z olejem rzepakowym (5g) Ziemniaki w postaci PUREE z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) D01/ML: Zupa brokułowa bez śmietanki Udka z kurczaka w marynacie z miodu (6g) i soku z cytryny (5g) D02, D05: udka bez skóry, marynata jogurtowa bez czosnku Zamiast surówki- kalafior (150g) z olejem rzepakowym (5g) D03: zamiast kuskusu ryż brązowy Kompot bez dodatku cukru D07: Zamiast surówki- kalafior (150g) z olejem rzepakowym (5g)		D01: Sałatka śledziowa z jajkiem (100g), masło, ogórek kiszony, pieczywo (ziemniaki gotowane, olej rzepakowy, filety ze śledzia atlantyckiego (4), marchew gotowana, jajka (3), cebula marynowana, ocet, gorczyca (10), szczypiorek), ogórek kiszony (60g), masło- 15g, chleb pszenno- żytni (1)- 150g) D01: Herbata owocowa- 300ml D02, D05: Twarożek zielony: twaróg półtłusty(7) - 100g, jogurt naturalny (7) - 50g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), pietruszka- 2 łyżeczki (2 x 5g) podawany z pomidorem sparzonym bez skórki (100g), masło(7)- 15g (1,10), chleb pszenny (1) D03: chleb żytni pełnoziarnisty (1) herbata bez cukru D07: dodatkowe 50g sałatki

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2200 kcal B 99,7 g T 60,7 g W 313,5 g cukry 44,8 g NKT 14,8 g błonnik 28 g sód 1483 mg	D02	2208 kcal B 98,7 g T 64,4 g W 307,4 g cukry 47,3 g NKT 17,7 g błonnik 25,6 g sód 1472 mg
D03	2200 kcal B 99,7 g T 60,7 g W 313,5 g cukry 44,8 g NKT 14,8 g błonnik 28 g sód 1483 mg	D05	2202 kcal B 100,7 g T 43 g W 351,8 g cukry 41 g NKT 12,1 g błonnik 26,7 g sód 1357 mg
D07	2133 kcal B 109,4g T 55,3g W 281,6g cukry 44,7g NKT 14,8g błonnik 22,2g sód 1480 mg	D10	2203 kcal B 99,2 g T 59,4 g W 317,4 g cukry 43,8 g NKT 14,4 g błonnik 22,7 g sód 1485 mg
D11	2203 kcal B 99,2 g T 59,4 g W 317,4 g cukry 43,8 g NKT 14,4 g błonnik 22,7 g sód 1485 mg	D01/ML	2200 kcal B 99 g T 65,7 g W 302,4 g cukry 48,2 g NKT 18,1 g błonnik 30,9 g sód 1419 mg

WTOREK 15.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z zacierkami (300g) (mleko(7), mąka pszenna(1), jajo(3)) D01: Chleb, kanapkowy serek śmietankowy, rzodkiewka, szczypiorek, sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, śmietankowy serek kanapkowy (7)- 4 łyżki (4 x 20g), rzodkiewki- 4 x 15g, szczypiorek- 10g, sałata- 35g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: zamiast rzodkiewek i szczypiorku- pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń Kanapki bez sera, w zamian masło- 15g, szynka z piersi kurczaka- 50g D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g zamiast rzodkiewek i szczypiorku- pomidor sparzony bez skórki (90g) zamiast sera- szynka drobiowa (1, 6,9,10) (50g) i masło (15g) D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni pełnoziarnisty Zupa mleczna z płatkami owsianymi (mleko 2% (7)- szklanka (250ml), płatki owsiane (1)- 50g) D07: Dodatkowo szynka z piersi kurczaka- 50g	D03: (2 DODATKI): skyr- 150g, koktajl jagodowo- cynamonowy: kefir (7)- 150g, jagody- 50g, cynamon- szczypa D07: (1 DODATEK): koktajl jagodowo- cynamonowy: kefir (7)- 150g, jagody- 50g, cynamon- szczypa	D01: Żurek (350ml) z kielbasą (50g) i ziemniakiem (90g) (bulion drobiowy (9)- 200ml, żur-zakwas- 50ml, warzywa (marchew 20g, cebula 20g, seler 20g, pietruszka 15g), boczek- 10g, śmietana (7)- 20g) ziemniak- 90g, kielbasa (1,6,9,10)- 50g D01: Pieczone fileciki drobiowe w panierce kukurydzianej, ryż, pomidory ze śmietaną (pierś z kurczaka- 100g, płatki kukurydziane- 30g, jajko (3)- 25g,mleko (7)- 30ml,mąka pszenna (1)- 15g, olej rzepakowy- 10g, ryż 250g, pomidory- 125g, śmietana (7)- 25g, koperek- 5g) D01: Kompot owocowy- 250ml D01/ML: fileciki przygotowane z dodatkiem napoju sojowego (6) zamiast mleka, pomidory z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) zamiast śmietany, zupa bez śmietany D02, D05, D07: Zamiast żurku ZUPA KOPERKOWA (7,9) (400ml) Pomidory bez skórki, z dodatkiem jogurtu naturalnego (7) zamiast śmietany D03: ryż brązowy Kompot bez dodatku cukru Fileciki w panierce z sezamu (11) (10g) i siemienia lnianego (10g)		D01: : Chleb, masło, szynka drobiowa, roszonek, papryka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g, papryka- 70g, roszonek- 30g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: papryka sparzona bez skórki (90g) D02, D05:chleb pszenny (1)-150g papryka sparzona bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: Dodatkowe 50g szynki drobiowej

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01 2388 kcal | B 106,6g | T 70,7g | W 330g |
cukry 51,4g | NKT 20,5g | błonnik 21,9g |
sód 1974 mg

D03 2343 kcal | B 107,6g | T 71,9g | W 314,8g |
cukry 32,2g | NKT 21,3g | błonnik 21,9g |
sód 1949 mg

D07 2388 kcal | B 118,6g | T 65,4g | W 312g |
cukry 51,4g | NKT 20,5g | błonnik 21,9g |
sód 1974 mg

D11 2340 kcal | B 104,4g | T 69,3g | W 323,4g |
cukry 50,4g | NKT 20,1g | błonnik 21,9g |
sód 1974 mg

D02 2340 kcal | B 104,4g | T 69,3g | W 323,4g |
cukry 50,4g | NKT 20,1g | błonnik 21,9g |
sód 1974 mg

D05 2316 kcal | B 103,4g | T 55,6g | W 349,2g |
cukry 44,1g | NKT 14,7g | błonnik 21,9g |
sód 1974 mg

D10 2340 kcal | B 104,4g | T 69,3g | W 323,4g |
cukry 50,4g | NKT 20,1g | błonnik 21,9g |
sód 1974 mg

D01/ML 2343 kcal | B 107,6g | T 71,9g | W 314,8g |
cukry 38,2g | NKT 21,3g | błonnik 21,9g |
sód 1899 mg

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzycza 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

ŚRODA 16.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą manną i malinami (mleko 2% (7)- 250ml, kasza manna (1)- 50g, maliny mrożone (50g), cukier- pół łyżeczki (3g)) D01: Chleb, masło, pasta jajeczna z rzodkiewkami i szczypiorkiem (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, jajka(3)- 2 sztuki (2 x 50g), majonez(3,10)- 10g, rzodkiewki- 3 sztuki (3 x 15g), szczypiorek- 10g) Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), D01/ML: zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: maliny przetarte, podane w postaci musu, chleb pszenno- żytni (1), zamiast pasty jajecznej - szynka drobiowa(1,6,9,10) (50g) i 1 jajko(3) na twardo (50g) pomidor sparzony bez skórki (90g) i sałata- 20g D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1) 150g Herbata bez cukru, zamiast kaszy płatki owsiane (50g) D07: pół porcji pasty jajecznej więcej	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, kanapka z plasterem twarogu i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, plaster twarogu półtłustego- (7)- 50g, roszponka- 10g, ogórek- 30g D07: (1 DODATEK): kanapka z plasterem twarogu i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, plaster twarogu półtłustego- (7)- 50g, roszponka- 10g, ogórek- 30g	D01: Zupa cukiniowa z ziemniakami i koperkiem (400g) (bulion warzywny (9)- 200ml, cukinia- 150g, ziemniaki- 120g, marchew - 30g, cebula - 20g, śmietanka 12% (7) - 20g, koperek- 5g, olej rzepakowy- 5g) D01: Łazanki (makaron łazankowy(1)- 150g, kapusta kiszona- 100g, cebula- 20g kielbasa wieprzowa(1,6,9,10)- 100g, olej rzepakowy- 5g, przyprawy: sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy) D01: Kompot owocowy- 250ml D01/ML: Zupa bez śmietany -zabielana mlekiem sojowym(6) D02, D05, D07: zupa bez dodatku cebuli Klopsiki drobiowe w sosie ziołowym z ziemniakami i gotowaną marchewką (145g) z olejem rzepakowym (5g) (mięso z tuszki kurczaka- 100g, olej rzepakowy- pół łyżeczki (2g), jajko (3)- 15g, mleko 2% (7)- 50ml, mąka pszenna (1)- łyżeczka (8g), margaryna miękka (5g), ziemniaki- 250g, marchewka(145g), olej rzepakowy (5g) D03: Kompot bez dodatku cukru Klopsiki drobiowe w sosie ziołowym z ziemniakami i surówką z marchewki z chrzanem (mięso z tuszki kurczaka- 100g, olej rzepakowy- pół łyżeczki (2g), jajko (3)- 15g, mleko 2% (7)- 50ml, mąka pszenna (1)- łyżeczka (8g), margaryna miękka (5g), ziemniaki- 250g, surówka: marchew- 140g, chrzan- 10g)		D01: Pieczywo, masło, kielbasa, ogórek, roszponka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, kielbasa krakowska sucha(1,6,9,10)- 50g, ogórek- 70g, roszponka -35g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: Zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki D02, D05: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g chleb pszenno- żytni (1)- 150g Zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez cukru D07: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g : chleb pszenno- żytni 150g; masło 15g; szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g, ogórek 50g; roszponka 25g; herbata 250ml;

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2280 kcal B 101,9g T 68,9g W 315g cukry 32,5g NKT 19,4g błonnik 36g sód 1817 mg	D02	2214 kcal B 100,4g T 67,6g W 302,4g cukry 27,5g NKT 19g błonnik 29g sód 1473 mg
D03	2328 kcal B 100,8g T 68,9g W 326,7g cukry 36,7g NKT 19,3g błonnik 36g sód 1546 mg	D05	2190 kcal B 99,4g T 53,9g W 328,2g cukry 21,2g NKT 13,6g błonnik 29g sód 1435 mg
D07	2280 kcal B 113,9g T 63,6g W 297g cukry 32,5g NKT 19,4g błonnik 31g sód 1626 mg	D10	2232 kcal B 99,7g T 67,5g W 308,4g cukry 31,5g NKT 19g błonnik 30g sód 1473 mg
D11	2232 kcal B 99,7g T 67,5g W 308,4g cukry 31,5g NKT 19g błonnik 30g sód 1473 mg	D01/ML	2306 kcal B 102,8g T 68,9g W 319g cukry 39g NKT 20,9g błonnik 34,5g sód 1736 mg

CZWARTEK 17.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą jagłaną (mleko 2% (7)- 250ml, kasza jagłana- 50g D01: Chleb, masło, polędwica sopocka, ogórek kiszony (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, polędwica sopocka(1,6,9,10)- 50g, ogórek kiszony - 100g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: zamiast mleka napój sojowy (6) wzbogacany w wapń D02, D05:chleb pszenny (1) (150g) zamiast polędwicy szynka drobiowa(1,6,9,10) zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g), D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zamiast kaszy jaglanej- płatki owsiane (1) (50g) chleb żytni razowy(1) Herbata bez cukru D07: dodatkowe 50g polędwicy	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7) - 150g, serek grani (7) (150g) z ogórkiem (30g), papryką (30g) i pestkami dyni (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani (7) (150g) z ogórkiem (30g), papryką (30g) i pestkami dyni (5g)	D01: Zupa kalafiorowa z ziemniakami (500ml) (bulion drobiowy (9), ziemniaki, kalafior, cebula, marchew, śmietana (7)- 12%, olej rzepakowy, masło (7), koperek, szczypiorek) D01: Potrawka z kurczaka gotowana z groszkiem i marchewką, ryż (300g), fasolka szparagowa z bułką tartą (150g) Udko z kurczaka-100g, bulion drobiowy- 50ml, marchewka- 30g,groszek zielony-30g, cebula -20g, śmietana(7)- 20g, olej rzepakowy-10g, natka pietruszki 2g, ryż- 150g , fasolka szparagowa- 140g, masło (7) - 5g, bułka tarta (1)- 5g) D01: Kompot owocowy- 250ml D01/ML: Zupa bez dodatku śmietany zabieleną mlekiem sojowym(6), potrawka przygotowana z dodatkiem śmietanki sojowej (6) D02, D05, D07: Udka z kurczaka bez skóry, potrawka bez groszku i cebuli, zupa bez cebuli D05: fasolka z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) zamiast masła D03: ryż brązowy Kompot bez dodatku cukru		D01: Kanapki z dżemem i twarożkiem Chleb pszenno- żytni (1) (150g), twarożek półtłusty(7) (100g), dżem truskawkowy niskosłodzony (70g), masło(7) (15g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) D01/ML: Zamiast twarożku szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g , pomidor- pół średniego (90g) D02, D05: chleb pszenny (1) D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: Zamiast twarożku i dżemu- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10) - 50g pomidor- 90g chleb żytni razowy (1) Herbata bez cukru D07: Twarożek półtłusty(7)- porcja 100g

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2220 kcal B 96,3 g T 62,1 g W 318,1 g cukry 56,2 g NKT 16,8 g błonnik 29,6 g sód 1673 mg	D02	2212 kcal B 94,2 g T 65,5 g W 310,1 g cukry 56,3 g NKT 19,1 g błonnik 26,6 g sód 1673 mg
D03	2220 kcal B 96,3 g T 62,1 g W 318,1 g cukry 56,2 g NKT 16,8 g błonnik 29,6 g sód 1673 mg	D05	2204 kcal B 95,2 g T 60,7 g W 314,8 g cukry 55,3 g NKT 16,4 g błonnik 23,6 g sód 1673 mg
D07	2220 kcal B 107,8 g T 57 g W 300,9 g cukry 56,2 g NKT 16,8 g błonnik 24,6 g sód 1673 mg	D10	2204 kcal B 95,2 g T 60,7 g W 314,8 g cukry 55,3 g NKT 16,4 g błonnik 23,6 g sód 1673 mg
D11	2204 kcal B 95,2 g T 60,7 g W 314,8 g cukry 55,3 g NKT 16,4 g błonnik 23,6 g sód 1673 mg	D01/ML	2239 kcal B 96,8 g T 65,3 g W 318,7 g cukry 56,6 g NKT 18,6 g błonnik 29,6 g sód 1583 mg

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

PIĄTEK 18.09.2026

ŚNIADANIE	POSILEK DODATKOWY	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki jęczmienne(1)- 50g) D01: Chleb, masło, jajka na twardo, rzodkiewka, szczypiorek, roszonek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, jajka na twardo (3) - 2 sztuki (2 x 50g), rzodkiewki- 4 x 15g, szczypiorek- 10g, roszonek- 30g) D01: Herbata bez cukru- 250ml D01/ML: zamiast mleka napój sojowy (6) wzbogacany w wapń D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05: chleb pszenno- żytni (1)- 150g, 1 jajko, dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g Zamiast rzodkiewek- pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1), herbata bez cukru D07: Dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, kanapka z szynką drobiową i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 30g, sałata- 10g, pomidor- 20g D07: (1 DODATEK): jogurt naturalny (7)- 150g	D01: Zupa ogórkowa - 400g (bulion drobiowy(9), marchewka, pietruszka, seler(9), ziemniaki, ogórek kiszony, śmietana(7), koper, olej rzepakowy) D01: Dorsz smażony, panierowany z ziemniakami (250g) i surówką z białej kapusty i marchewki (150g) (dorsz(4)- 100g, olej rzepakowy- łyżka (10g), ziemniaki- 250g, kapusta, marchew, olej rzepakowy) D01: Kompot- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05: zamiast surówki- marchewka gotowana (145g) z olejem rzepakowym (5g) D01/ML: zamiast śmietanki- napój sojowy wzbogacany w wapń (6) (30ml) D02, D05: Zamiast zupy ogórkowej- ZUPA KOPERKOWA (bulion warzywny (9), ziemniaki, włoszczyzna, mleko (7), koper, masło (7)) (400g), dorsz pieczony z oliwą z oliwek (5g) i sezamem- łyżka (10g) D03: Kompot bez dodatku cukru D07: zamiast surówki- marchewka gotowana (145g) z olejem rzepakowym (5g)		D01: Kanapki z serem żółtym, pomidorem i roszonek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, ser gouda(7)- 50g, roszonek- 30g, pomidor- 50g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: pomidor bez skórki D01/ML: Zamiast sera żółtego szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10) - 50g D02, D05: chleb pszenno- żytni (1)- 150g zamiast sera żółtego szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g, pomidor sparzony ze skórki D05: zamiast masła margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g, herbata bez cukru D07: dodatkowo szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2247 kcal B 101,9g T 68,6g W 306,9g cukry 28,2g NKT 19,3g błonnik 31g sód 1860 mg	D02	2201 kcal B 99,8g T 67,1g W 300,3g cukry 27,2g NKT 18,9g błonnik 25g sód 1860 mg
D03	2260 kcal B 98,8g T 66,6g W 316,1g cukry 29,9g NKT 17,9g błonnik 31g sód 1850 mg	D05	2175 kcal B 98,7g T 53,5g W 325,9g cukry 21g NKT 13,5g błonnik 25g sód 1860 mg
D07	2247 kcal B 113,8g T 63,2g W 289,1g cukry 28,2g NKT 19,3g błonnik 26g sód 1860 mg	D10	2201 kcal B 99,8g T 67,1g W 300,3g cukry 27,2g NKT 18,9g błonnik 25g sód 1860 mg
D11	2201 kcal B 99,8g T 67,1g W 300,3g cukry 27,2g NKT 18,9g błonnik 25g sód 1860 mg	D01/ML	2273 kcal B 102,8g T 68,6g W 310,9g cukry 34,7g NKT 20,8g błonnik 29,5g sód 1825 mg

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzycza 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

SOBOTA 19.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki owsiane (1) - 50g) D01: Chleb, masło, kielbaski drobiowe, ketchup, pomidor, sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, kielbaski drobiowe (1,6,9,10)- 100g, ketchup- łyżka (25g), pomidor- 65g, sałata- 35g) Herbata bez cukru- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej), Z: Zamiast ogórka - pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: Zupa zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: : płatki jęczmienne, chleb pszenny (1)- 150g, zamiast kielbasek- szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10) (50g) Bez ketchupu Zamiast ogórka- pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni razowy(1)- 150g, Herbata bez dodatku cukru	D03: (2 DODATKI): skyr (7)- 150g, kanapka z szynką drobiową i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 30g, roszonek- 10g, ogórek- 30g D07: (1 DODATEK): kanapka z szynką drobiową i warzywami (chleb żytni razowy(1)- 50g, masło(7)- 5g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 30g, roszonek- 10g, ogórek- 30g	D01: Zupa szczawiowa z ziemniakiem i jajkiem (400ml) (Zupa szczawiowa: porcja rosółowa, szczaw, marchew, pietruszka, seler(9), por, śmietana 18% (7) (300ml), pół jajka(3) (25g) i 1 mały ziemniak (75g))) D01, :Gulasz węgierski duszony z kaszą gryczaną (200g) i buraczkami (150g) (łopatka wieprzowa-100g, bulion(9)-100ml,papryka- 50g, cebula- 20g, marchew- 20g,koncentrat pomidorowy- 10g, natka pietruszki- 5g olej rzepakowy- 10g) D01: Kompot- 250ml Z: Pierogi z twarogiem i jagodami- 7 sztuk (7 x 35g), śmietana 12% (7)- 50g , surówka z marchwi jabłka (150g) Pierogi: mąka pszenna (1), woda, jajka (3), sól, olej rzepakowy, twaróg półtłusty (7), cukier, śmietanka (7), jagody D01/ML: zupa bez dodatku śmietany D02, D05: Zamiast zupy szczawiowej- ZUPA KOPERKOWA (bulion warzywny (9), ziemniaki, włoszczyzna,mleko (7), koper, masło (7)) (400g) Zamiastgulaszu szynka wieprzowa (100g) w delikatnym sosie pomidorowym: szynka wieprzowa (100g), bulion warzywny- 100ml, przecier pomidorowy- 50ml, pietruszka- 5g, olej rzepakowy- 5g, kasza jęczmienna perłowa D03: zamiast buraczków ogórek kiszony Kompot bez dodatku cukru		D01: Chleb, masło, polędwica sopocka, ogórek kiszony (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)-15g, polędwica sopocka (1,6,9,10)- 50g, ogórek kiszony- 100g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej), Z, D07: zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D02, D05: chleb pszenny (1)-150g zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g), zamiast polędwicy szynka z piersi kurczaka D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g herbata bez cukru D07: Dodatkowe 30g polędwicy sopockiej

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2295 kcal B 104,1g T 69,7g W 311,4g cukry 38,3g NKT 20,7g błonnik 29,5g sód 1652 mg	D02	2248 kcal B 102g T 68,3g W 305g cukry 37,3g NKT 20,3g błonnik 23,5g sód 1355 mg
D03	2295 kcal B 104,1g T 69,7g W 311,4g cukry 32,4g NKT 20,7g błonnik 29,5g sód 1404 mg	D05	2225 kcal B 101g T 55g W 330,1g cukry 31,2g NKT 15,1g błonnik 23,5g sód 1322 mg
D07	2295 kcal B 115,8g T 64,5g W 293,9g cukry 38,3g NKT 20,7g błonnik 24,5g sód 1487 mg	D10	2248 kcal B 102g T 68,3g W 305g cukry 37,3g NKT 20,3g błonnik 23,5g sód 1355 mg
D11	2248 kcal B 102g T 68,3g W 305g cukry 37,3g NKT 20,3g błonnik 23,5g sód 1355 mg	D01/ML	2295 kcal B 104,1g T 69,7g W 311,4g cukry 38,3g NKT 20,7g błonnik 29,5g sód 1569 mg

NIEDZIELA 20.09.2026

ŚNIADANIE	POSILEK DODATKOWY	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z zacierkami (300g) (mleko(7), mąka pszenna(1), jajo(3)) D01: Chleb, masło, szynka wieprzowa, pomidor i sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, szynka wieprzowa- 50g, sałata- 30g, pomidor- 70g) Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z, D07: pomidor sparzony bez skórki D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1) (150g) zamiast szynki wieprzowej - szynka drobiowa (1,6,9,10) pomidor sparzony bez skórki D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (50g) chleb żytni razowy(1) 150g herbata bez cukru	D03: (2 DODATEK): skyr - 150g, koktajl wiśniowy: maślanka (7) 1,5%- 150g, wiśnie- 50g D07: (1 DODATEK): koktajl wiśniowy: maślanka (7) 1,5%- 150g, wiśnie- 50g	D01: Rosół z makaronem (450ml) (mięso z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, natka pietruszki, seler(9), por, kapusta, przecier pomidorowy, makaron(1)) D01: Kotlet schabowy smażony z ziemniakami (250g), sałata ze śmietaną (150g) (schab- 100g, olej rzepakowy- łyżka (10g), bułka tarta(1)- 1,5 łyżki (12g), jajko(3)- 20g , ziemniaki- 300g, sałata zielona, śmietana (7), sok z cytryny) D01: Kompot- 250ml D01/ML, D02, D05: sałata z dodatkiem oleju rzepakowego zamiast śmietany D02, D05: rosół chudy- przygotowany na piersi z kurczaka i skrzydełkach bez skóry Zamiast kotleta schabowego- pierś z kurczaka pieczona w marynacie jogurtowej (pierś z kurczaka- 100g, jogurt naturalny (7)-75g, przyprawy: słodka papryka, gałka muskatołowa, sól, pieprz) D03: zamiast kotleta schabowego- pierś z kurczaka pieczona w marynacie jogurtowej (pierś z kurczaka- 100g, jogurt naturalny (7)-75g, przyprawy: słodka papryka, gałka muskatołowa, sól, pieprz) Zamiast ziemniaków kasza gryczana (250g) Kompot bez dodatku cukru		D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, plaster twarogu, ogórek, rukola (Chleb hleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, twaróg chudy(7)- 50g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 50g, rukola- 20g, ogórek- 80g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: Bez ogórka w zamian - pomidor sparzony bez skórki- pół średniego (90g) D01/ML: bez twarogu, w zamian szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g D02, D05: chleb pszenny (1)-150g bez ogórka w zamian - pomidor sparzony bez skórki- pół średniego (90g), zamiast rukoli sałata- 20g Dodatkowo 25g twarogu chudego D05: Zamiast masła- margaryna roślinna miękka- 15g D03: chleb żytni razowy(1)- 150g, masło(7)-5g Herbata bez cukru D07: porcja twarogu- 100g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2255 kcal B 102,4 g T 67,1 g W 308,3 g cukry 34,7 g NKT 20,0 g błonnik 30,4 g sól 1733 mg	D02	2211 kcal B 100,4 g T 65,8 g W 302,2 g cukry 33,8 g NKT 19,6 g błonnik 25,4 g sól 1449 mg
D03	2255 kcal B 102,4 g T 67,1 g W 308,3 g cukry 29,2 g NKT 20,0 g błonnik 30,4 g sól 1496 mg	D05	2209 kcal B 99,4 g T 53,2 g W 326,1 g cukry 28,0 g NKT 14,6 g błonnik 25,4 g sól 1417 mg
D07	2255 kcal B 113,5 g T 62,2 g W 291,6 g cukry 34,7 g NKT 20,0 g błonnik 26,4 g sól 1575 mg	D10	2211 kcal B 100,4 g T 65,8 g W 302,2 g cukry 33,8 g NKT 19,6 g błonnik 25,4 g sól 1449 mg
D11	2211 kcal B 100,4 g T 65,8 g W 302,2 g cukry 33,8 g NKT 19,6 g błonnik 25,4 g sól 1449 mg	D01/ML	2255 kcal B 102,4 g T 67,1 g W 308,3 g cukry 34,7 g NKT 20,0 g błonnik 30,4 g sól 1654 mg

PONIEDZIAŁEK 21.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą manną i jagodami (mleko 2% (7)- 250ml, kasza manna (1)- 50g, jagody mrożone (50g), cukier- pół łyżeczki (3g)) D01: Chleb, masło, mozzarella, sałata lodowa, pomidor (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, mozzarella (7)- 50g, sałata lodowa- 30g, pomidor- 50g) D01: Herbata bez cukru- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z, D07: pomidor sparzony bez skórki (50g) D01/ML: Zupa z zacierkami (50g) na chudym bulionie drobiowo- warzywnym (9) (250ml), zamiast mozzarelli połędwica sopocka (1,6,9,10)- 50g D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g pomidor sparzony bez skórki (90g), mozzarella o niskiej zawartości tłuszczu (light) Jagody przetarte, w postaci musu D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez dodatku cukru Zupa mleczna z płatkami owsianymi(1) (50g) D07: Dodatkowe 30g mozzarelli	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, serek grani(7)- 150g z ogórkiem (50g) i szczypiorkiem (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani(7)- 150g z ogórkiem (50g) i szczypiorkiem (5g)	D01: Krupnik z kaszą jęczmienną i warzywami (450ml) (bulion drobiowy (9)- 250ml, ziemniaki - 100g, marchew - 50g, pietruszka (korzeń) - 30g, kasza jęczmienna (1) - 30g, seler - 20g, por- 20g, cebula - 15g, masło (7) - 5g, natka pietruszki - 5g) D01: Filet z kurczaka gotowany w jasnym sosie pieczarkowym z ryżem (350g) i surówką z marchwi (150g) (pierś z kurczaka- 100g, olej rzepakowy-10g, pieczarki- 3 x 20g, cebula- 10g, sos: mleko 2%-50ml (7), mąka- 8g (1), żółtko- 8g (3), marchew- 150g, olej rzepakowy- 10g, sok z cytryny- 1g, ryż biały) D01: Kompot owocowy- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: bułki na parze (150g) (mąka pszenna (1),mleko (7), masło (7), jajko (3), drożdże, cukier) z sosem pieczarkowym (100g) D01/ML: sos na napoju sojowym (6) (zamiast śmietanki) D02, D05: krupnik bez pora i cebuli Zamiast surówki pomidor bez skórki (125g) z jogurtem (7) i koperkiem (5g), sos bez pieczarek, w zamian natka pietruszki- 10g D03: Sos przygotowany z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1) Ryż brązowy Kompot bez dodatku cukru		D01: Kanapki z szynką drobiową sałatą, papryką i szczypiorkiem (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, , szynka drobiowa (1,6,9,10- 50g, sałata- 30g, papryka- 60g, szczypiorek- 5g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: papryka sparzona bez skórki D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g papryka sparzona bez skórki, bez szczypiorku D05: zamiast masła margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: dodatkowe 25g szynki z piersi kurczaka (1,6,9,10)

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2234 kcal B 94,1 g T 62,3 g W 323,1 g cukry 32,7 g NKT 16,6 g błonnik 28,8 g sód 1927 mg	D02	2209 kcal B 92,1 g T 61,0 g W 319,0 g cukry 31,9 g NKT 16,2 g błonnik 25,8 g sód 1835 mg
D03	2234 kcal B 94,1 g T 62,3 g W 323,1 g cukry 32,7 g NKT 16,6 g błonnik 28,8 g sód 1927 mg	D05	2209 kcal B 92,1 g T 61,0 g W 319,0 g cukry 31,9 g NKT 16,2 g błonnik 25,8 g sód 1835 mg
D07	2234 kcal B 105,2 g T 57,4 g W 306,5 g cukry 32,7 g NKT 16,6 g błonnik 25,8 g sód 1927 mg	D10	2209 kcal B 92,1 g T 61,0 g W 319,0 g cukry 31,9 g NKT 16,2 g błonnik 25,8 g sód 1835 mg
D11	2209 kcal B 92,1 g T 61,0 g W 319,0 g cukry 31,9 g NKT 16,2 g błonnik 25,8 g sód 1835 mg	D01/ML	2247 kcal B 98,1 g T 64,3 g W 317,9 g cukry 31,5 g NKT 19,5 g błonnik 27,3 g sód 1902 mg

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WTOREK 22.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi (mleko 2% (7)- 250ml, płatki jęczmienne (1)- 50g) D01: Chleb, masło, ser żółty, sałata, pomidor (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, ser gouda- 50g, pomidor- 90g, sałata- 10g) D01: Herbata bez cukru- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D01/ML, D02, D05: chleb pszenny (1) Zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) Zamiast sera- szynka z piersi kurczaka- 50g D05: zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi(1) (50g) chleb żytni razowy(1)- 150g herbata bez cukru D07: dodatkowo szynka drobiowa(1,6,9,10) 50g	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny- 150g (7), koktajl truskawkowy: kefir (7)- 150g, truskawki- 50g D07: (1 DODATEK): koktajl truskawkowy: kefir (7)- 150g, truskawki- 50g	D01: Zupa warzywna z ziemniakami i fasolką szparagową (400ml) (bulion drobiowy (9) 230ml, ziemniaki-100g, marchew-50g, fasolka szparagowa-40g, por-20g, pietruszka (korzeń)- 20g, cebula-15g, koperek- 5g, masło (7)- 5g, śmietana 18%- 20ml) D01: Chili con carne duszone z ryżem (250g) i surówką colesław Mięso mielone z indyka- 100g, pomidory krojone- 75g, kukurydza- 30g, fasola czerwona- 30g, cebula- 20g, olej rzepakowy- 5g, czosnek- 3g, ryż biały- 250g, surówka: kapusta biała- 100g, marchew- 25g, cebula- 10g, jogurt naturalny-10g, majonez lekki- 5g D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), D01/ML: zupa zabiela na mlekiem sojowym D02, D05, D07: zupa bez cebuli i pora Zamiast chili con carne gulasz z udkami kurczaka: trybowane udko z kurczaka bez skóry- 100g, marchew- pół średniej (22g), olej rzepakowy- 5g, pomidory krojone- 50g, bulion warzywny (9)- 100ml, mąka (1)- 8g, natka pietruszki- 5g, zamiast masła do zupy olej rzepakowy, zupa zabiela na mlekiem Zamiast surówki fasolka szparagowa- 145g z olejem rzepakowym (5g) D03: ryż brązowy Kompot bez dodatku cukru.		D01: Chleb, masło, pasta z makreli i jajka, sałata Chleb pszenno- żytni (1) (150g), makrela wędzona (4)- 50g, jajka (3)- 75g, ogórek konserwowy- 60g, majonez (3,10)- 15g, cebula- 10g, natka pietruszki, koperek- 5g, sałata- 35g D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05, pomidor sparzony bez skórki (90g), chleb pszenny, zamiast pasty serek grani (7)- 150g z koperkiem (5g) i pietruszką (5g) D03: chleb żytni razowy (1)- 150g herbata bez dodatku cukru

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01 2240 kcal | B 99,8g | T 66g | W 310,4g |
cukry 47,7g | NKT 19,2g | błonnik 38,6g |
sód 1974 mg

D03 2195 kcal | B 100,8g | T 67,2g | W 295,2g |
cukry 28,9g | NKT 20g | błonnik 38,6g |
sód 1949 mg

D07 2240 kcal | B 111,1g | T 61g | W 293,5g |
cukry 47,7g | NKT 19,2g | błonnik 32,6g |
sód 1974 mg

D11 2205 kcal | B 97,8g | T 64,7g | W 308,2g |
cukry 46,8g | NKT 18,8g | błonnik 31,6g |
sód 1974 mg

D02 2205 kcal | B 97,8g | T 64,7g | W 308,2g |
cukry 46,8g | NKT 18,8g | błonnik 31,6g |
sód 1974 mg

D05 2201 kcal | B 97,8g | T 64,7g | W 306,2g |
cukry 46,8g | NKT 18,8g | błonnik 31,6g |
sód 1974 mg

D10 2205 kcal | B 97,8g | T 64,7g | W 308,2g |
cukry 46,8g | NKT 18,8g | błonnik 31,6g |
sód 1974 mg

D01/ML 2205 kcal | B 97,8g | T 64,7g | W 308,2g |
cukry 46,8g | NKT 18,8g | błonnik 31,6g |
sód 1974 mg

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

ŚRODA 23.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z makaronem (mleko 2% (7)- 250ml, makaron (1)- 100g) D01: Chleb, masło, szynka wieprzowa, ogórek kiszony (chleb pszenno- żytni (1)- 120g, masło (7)- 15g, szynka wieprzowa (1,6,9,10)- 50g, ogórek kiszony- średni (60g)) Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: zamiast mleka napój sojowy wzbogacany w wapń- 250ml D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, szynka drobiowa (1,6,9,10) zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Zupa mleczna z makaronem razowym, herbata bez cukru	D03: (2 DODATKI): skyr (7)- 150g Kanapka z serem żółtym i warzywami (chleb żytni razowy(1)- kromka (35g), masło(7)- 5g, ser żółty (7)- 20g, sałata 10g, papryka- 20g D07: (1 DODATEK): Kanapka z serem żółtym i warzywami (chleb żytni razowy(1)- kromka (35g), masło(7)- 5g, ser żółty (7)- 20g, sałata 10g, papryka- 20g	D01: Barszcz czerwony (450ml) (składniki: wywar mięsny drobiowy(9)- 150ml, burak- 100g, ziemniaki-90g, marchew-15g, seler (9)-15g, pietruszka-15g, , śmietana18% (7)- 10g, mąka pszenna (1)- 5g, majeranek, sól, pieprz) D01: Jajka sadzone, ziemniaki z koperkiem, kefir, fasolka szparagowa (kefir (7)- 250ml jajka (3)- 2 sztuki (2 x 50g), olej rzepakowy- 10g, , ziemniaki- 350g, fasolka szparagowa- 145g, masło (7)- 5g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: Zupa bez dodatku śmietany zabieleną mlekiem sojowym (6) Bez kefiru D02, D05:Zamiast jajek udko trybowane bez skóry (100g) w jasnym sosie koperkowym (mleko 2% (7)- 50ml, mąka (1)- 8g, margaryna roślinna miękka- 5g , koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g)) D05: zamiast masła olej rzepakowy- 5g D03: kompot bez dodatku cukru		D01: Pieczywo, masło, kielbasa, pomidor, sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, kielbasa krakowska sucha(1,6,9,10)- 50g, pomidor- 65g, sałata-35g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) Z: pomidor sparzony bez skórki D02, D05, : Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g D02, D05:chleb pszenny (1)- 150g pomidor sparzony bez skórki D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez cukru D07: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 75g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2356 kcal B 93,1 g T 67,1 g W 343,6 g cukry 35,0 g NKT 19,8 g błonnik 35,7 g sód 1944 mg	D02	2312 kcal B 91,1 g T 65,8 g W 337,6 g cukry 34,1 g NKT 19,4 g błonnik 29,7 g sód 1674 mg
D03	2290 kcal B 90,1 g T 53,3 g W 361,3 g cukry 28,3 g NKT 14,5 g błonnik 29,7 g sód 1633 mg	D05	2290 kcal B 90,1 g T 53,3 g W 361,3 g cukry 28,3 g NKT 14,5 g błonnik 29,7 g sód 1633 mg
D07	2356 kcal B 104,1 g T 62,2 g W 327,0 g cukry 35,0 g NKT 19,8 g błonnik 30,7 g sód 1838 mg	D10	2312 kcal B 91,1 g T 65,8 g W 337,6 g cukry 34,1 g NKT 19,4 g błonnik 29,7 g sód 1674 mg
D11	2312 kcal B 91,1 g T 65,8 g W 337,6 g cukry 34,1 g NKT 19,4 g błonnik 29,7 g sód 1674 mg	D01/ML	2364 kcal B 103,6 g T 64,4 g W 341,6 g cukry 35,0 g NKT 19,5 g błonnik 34,2 g sód 1909 mg

CZWARTEK 24.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna: owsianka z truskawkami (mleko 2% (7)- 250ml, płatki owsiane (1)- 50g, truskawki- 50g) D01: Chleb, kanapkowy serek śmietankowy, rzodkiewka, szczypiorek, roszonek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, śmietankowy serek kanapkowy (7)- 50g, rzodkiewki- 4 x 15g, szczypiorek- 5g, roszonek- 35g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z, D07: pomidor sparzony bez skórki (90g) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń kanapki bez serka, w zamian masło- 15g, szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g D02, D05: Truskawki przetarte, w postaci musu chleb pszenno- żytni (1)- 150g Zamiast rzodkiewek i szczypiorku- pomidor sparzony bez skórki (90g) Zamiast serka- szynka drobiowa (1, 6,9,10) (50g) i masło (7) (15g) Zamiast płatków owsianych płatki jaglane D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni pełnoziarnisty, herbata bez cukru D07: Dodatkowo szynka z piersi kurczaka- 50g	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7) - 150g, serek wiejski (7)- (150g) z rzodkiewkami- 3 średnie (3 x 15g) i szczypiorkiem- 2 łyżeczki (2 x 5g) D07: (1 DODATEK): serek wiejski (7)- (150g) z rzodkiewkami- 3 średnie (3 x 15g) i szczypiorkiem- 2 łyżeczki (2 x 5g)	D01: Zupa pieczarkowa z makaronem (400ml) (zupa pieczarkowa: masło (7), olej rzepakowy, pieczarki, cebula, marchew, ziemniaki bulion drobiowy(9), natka pietruszki, koper, śmietana(7)- 300ml, makaron pszenny (1)- 100g) D01: Gołąbki w sosie pomidorowym, podawane z ziemniakami i kalaflorem (150g) (gołąbek w sosie (szynka wieprzowa, ryż, jaja (3), kapusta, cebula, przecier pomidorowy, bulion warzywny (9), olej rzepakowy) - sztuka 290g, ziemniaki- 250g, kalafior- 145g, masło (7)- 5g) D01: Kompot- 250ml D01/ML: zupa zabieleną mlekiem sojowym (6) D02, D05: zupa koperkowa (bulion warzywny (9), ziemniaki, włoszczyzna, mleko (7), koper, masło (7)) Pulpeciki gotowane w sosie pomidorowym: fileć z kurczaka- 100g, bułka pszenna (1)- 20g, jajko (3)- 15g, olej rzepakowy- 5g bulion warzywny (9)- 100ml, przecier pomidorowy- 50ml, koperek- 5g D05: zamiast masła margaryna roślinna miękka D03: gołąbki przygotowane z ryżem brązowym, zupa z makaronem pełnoziarnistym Kompot bez dodatku cukru D07: 2gołąbki, 200g ziemniaków		D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, sałata, papryka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g, ogórek- 70g, sałata- 30g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: papryka sparzona bez skórki (90g) D02, D05: chleb pszenno- żytni (1)- 150g papryka sparzona bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: Dodatkowe 50g szynki drobiowej

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01 2257 kcal | B 98,7g | T 66,5g | W 315,7g |
cukry 35,8g | NKT 17,9g | błonnik 27g |
sód 1640 mg

D03 2257 kcal | B 98,7g | T 66,5g | W 315,7g |
cukry 29,9g | NKT 17,9g | błonnik 27g |
sód 1379 mg

D07 2257 kcal | B 110,6g | T 61,2g | W 297,9g |
cukry 35,8g | NKT 17,9g | błonnik 25g |
sód 1466 mg

D11 2209 kcal | B 96,5g | T 65g | W 309,1g |
cukry 34,9g | NKT 17,4g | błonnik 25g |
sód 1327 mg

D02 2209 kcal | B 96,5g | T 65g | W 309,1g |
cukry 34,9g | NKT 17,4g | błonnik 25g |
sód 1327 mg

D05 2186 kcal | B 95,5g | T 51,5g | W 334,8g |
cukry 28,6g | NKT 12,1g | błonnik 25g |
sód 1292 mg

D10 2209 kcal | B 96,5g | T 65g | W 309,1g |
cukry 34,9g | NKT 17,4g | błonnik 25g |
sód 1327 mg

D01/ML 2270 kcal | B 102,7g | T 68,5g | W 310,5g |
cukry 34,6g | NKT 20,8g | błonnik 25,5g |
sód 1578 mg

**P01/1
(2–3 lata)** 1364 kcal
B 60,5g | T 45,7g | W 178g
cukry 27,1g | NKT 14,9g | błonnik 14,3g
sód 880 mg

**P01/2
(4–9 lat)** 1875 kcal
B 83,1g | T 60,7g | W 249,3g
cukry 35,9g | NKT 19g | błonnik 20g
sód 1306 mg

(10–18 lat) 2382 kcal | B 107,2g | T 71,5g | W 327,5g |
cukry 47,6g | NKT 21,2g | błonnik 27g |
sód 1740 mg

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- łubin, 14- mięczaki

PIĄTEK 25.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi i musem jabłkowym (mleko 2% (7)- 250ml, płatki jęczmienne(1)- 50g, mus jabłkowy- 50g) D01: Chleb, masło, serek grani z rzodkiewkami i szczypiorkiem (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, serek grani(7)- 150g, rzodkiewki- 4 średnie (4 x 15g) , szczypiorek- 10g) D01: Herbata bez cukru- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: zamiast twarożku -szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g Zamiast rzodkiewek i szczypiorku- pomidor sparzony bez skórki (90g) D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: zamiast płatków jęczmiennych- płatki owsiane (1) (50g), bez musu jabłkowego chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: 100g serka grani więcej	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, koktajl jagodowy: kefir (7)- 150g , jagody- 50g D07: (1 DODATEK): jogurt naturalny (7)- 150g	D01: Zupa koperkowa z lanym ciastem (400g) bulion drobiowy (9)- 250g, marchew- 45g, ziemniaki- 30g, śmietana 18% (7)- 20ml, cebula- 25g, masło (7)- 5g, koperek- 15g, lane ciasto- 30g (jajko (3) -10g, mąka pszenna (1)- 15g, woda- 5g) D01: Dorsz zapiekany z porem i warzywami w sosie jogurtowym (240g) z ziemniakami (250g) i surówką z białej kapusty i marchewki (150g) (dorsz(4)- 100g, por 30g, marchew 30g, cukinia 30g, jogurt naturalny 2% (7) 50g, papryka czerwona 30g, olej rzepakowy 15g ,ziemniaki, kapusta, marchew, olej rzepakowy) D01: Kompot- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05: zupa bez cebuli, dorsz z brokułami zamiast pora, zamiast surówki- marchewka gotowana (145g) z olejem rzepakowym (5g) D01/ML: zamiast śmietanki (w zupie i do dorsza)- napój sojowy wzbogacany w wapń (6) (30ml), zamiast jogurtu naturalnego olej rzepakowy- łyżka (10g) D03: Kompot bez dodatku cukru		D01: Jajka na twardo podawane z pieczywem, papryką i sałatą (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, jajka (3)- 2 x 50g, papryka- 50g, sałata- 10g, masło(7)- 15g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: papryka sparzona bez skórki D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g papryka sparzona bez skórki (90g), 1 jajko, dodatkowo szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10) - 50g D05: zamiast masła margaryna roślinna, miękka- 15g D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: Dodatkowo 30g szynki drobiowej (1,6,9,10)

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- łubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2311 kcal B 102,1g T 68,1g W 320,7g cukry 44,1g NKT 19,8g błonnik 33,9g sód 1760 mg	D02	2301 kcal B 99,9g T 71,5g W 312,4g cukry 44,1g NKT 22,1g błonnik 29,9g sód 1760 mg
D03	2202 kcal B 98g T 62,2g W 311,5g cukry 39,5g NKT 16,3g błonnik 35,1g sód 1520 mg	D05	2205 kcal B 98,9g T 49,9g W 338,2g cukry 37,8g NKT 16,5g błonnik 29,9g sód 1606 mg
D07	2311 kcal B 114,1g T 62,8g W 302,7g cukry 44,1g NKT 19,8g błonnik 27,9g sód 1760 mg	D10	2263 kcal B 99,9g T 66,7g W 314,1g cukry 43,1g NKT 19,4g błonnik 26,9g sód 1760 mg
D11	2263 kcal B 99,9g T 66,7g W 314,1g cukry 43,1g NKT 19,4g błonnik 26,9g sód 1760 mg	D01/ML	2181 kcal B 98,5g T 65,4g W 302,1g cukry 45,9g NKT 18,1g błonnik 35,1g sód 1430 mg

SOBOTA 26.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna: owsianka z truskawkami (mleko 2% (7)- 250ml, płatki owsiane (1)- 50g, truskawki- 50g) D01: Chleb, kanapkowy serek śmietankowy, rzodkiewka, szczypiorek, roszonek (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, śmietankowy serek kanapkowy (7)- 50g, rzodkiewki- 4 x 15g, szczypiorek- 5g, roszonek- 35g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej) D07: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń kanapki bez sera, w zamian masło- 15g, szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g D02, D05: Truskawki przetarte, w postaci musu chleb pszenny (1)- 150g Zamiast rzodkiewek i szczypiorku- pomidor sparzony bez skórki (90g) zamiast sera- szynka drobiowa (50g) (1,6,9,10) i masło (15g) Zamiast płatków owsianych płatki jaglane D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni pełnoziarnisty D07: Dodatkowo szynka z piersi kurczaka- 50g	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7)- 150g, koktajl wiśniowy: kefir (7)- 150g, wiśnie- 50g, płatki owsiane (1)- 20g D07: (1 DODATEK): jogurt naturalny (7)- 150g	D01: Zupa jarzynowa z kaszą jęczmienną i kurczakiem (400ml) Bulion drobiowy (9)- 180ml, pierś z kurczaka- 80g, marchew- 50g, pietruszka- 30g, seler (9)- 20g, kasza jęczmienna (1) - 60g, ziemniaki- 60g, koperek-5g, olej rzepakowy-5g D01: Fasolka po bretońsku z ziemniakami fasola biała sucha- 60g (po ugotowaniu ok. 140-160g), kielbasa- 50g, boczek wędzony- 20g, passata pomidorowa - 150g, cebula- 50g, olej rzepakowy- 5g, czosnek- 1ząbek (5g), ziemniaki- 250g Kompot owocowy- 250ml D02, D05, D07: zamiast fasolki udko bez skóry w sosie pomidorowym z cukinią i marchewką (udko bez skóry- 100g, passata pomidorowa- 100g, cukinia- 1/4 średniej (50g), marchew- pół średniej (22g), olej rzepakowy- 10g) D03: kompot bez dodatku cukru		D01: Pasztet drobiowy, chleb, papryka i sałata (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, pasztet drobiowy (3)- 50g, masło (7)- 15g, sałata- 35g, papryka- 60g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: papryka sparzona bez skórki- 50g D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, zamiast pasztetu szynka z kurczaka (50g), papryka sparzona bez skórki- 50g D02, D05: zamiast masła margaryna roślinna D03: chleb żytni razowy(1)- 150g herbata bez cukru D07: Pasztet drobiowy porcja 100g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzycza 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2226 kcal B 91g T 62,5g W 319,3g cukry 50,9g NKT 17,5g błonnik 27,1g sód 1497 mg	D02	2208 kcal B 89,9g T 63,7g W 313,9g cukry 50,1g NKT 17,4g błonnik 22,5g sód 1245 mg
D03	2213 kcal B 94,1g T 64,5g W 310,1g cukry 37,4g NKT 18,9g błonnik 27,1g sód 1317 mg	D05	2185 kcal B 88,9g T 50,4g W 339g cukry 44g NKT 12,2g błonnik 22,5g sód 1204 mg
D07	2226 kcal B 102,7g T 57,3g W 301,9g cukry 50,9g NKT 17,5g błonnik 23,1g sód 1411 mg	D10	2208 kcal B 89,9g T 63,7g W 313,9g cukry 50,1g NKT 17,4g błonnik 22,5g sód 1245 mg
D11	2208 kcal B 89,9g T 63,7g W 313,9g cukry 50,1g NKT 17,4g błonnik 22,5g sód 1245 mg	D01/ML	2201 kcal B 99,3g T 66,1g W 300,4g cukry 57,1g NKT 17,9g błonnik 27,2g sód 1442 mg

NIEDZIELA 27.09.2026

ŚNIADANIE	POSILEK DODATKOWY	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z ryżem i cynamonem (mleko 2% (7)- 250ml, ryż biały- 45g, cynamon- szczypota) D01: Chleb, masło, kielbaski drobiowe, ketchup, pomidor, roszponka (chleb pszenno- żytni(1)- 150g, masło (7)- 15g, kielbaski drobiowe (1,6,9,10)- 100g, ketchup- łyżka (25g), pomidor- pół średniego (90g), roszponka- 30g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń- 250ml D02, D05: chleb pszenny (1) zamiast kielbasek i ketchupu - szynka drobiowa(1,6,9,10) (50g) pomidor sparzony bez skórki D05: zamiast masła-margaryna miękka (15g) D03: Zupa mleczna z ryżem brązowym (25g suchego ryżu), chleb żytni razowy(1), herbata bez cukru D07: Dodatkowe 50g kielbasek (1,6,9,10)	D03: (2 DODATKI): skyr - 150g, koktajl truskawkowy: kefir (7)- 150g, truskawki- 50g D07: (1 DODATEK): koktajl truskawkowy: kefir (7)- 150g, truskawki- 50g	D01: Rosół z makaronem (400ml) (mięso z kurczaka, marchewka, pietruszka, cebula, natka pietruszki, seler(9), por, kapusta, makaron(1)) D01: Kotlet schabowy smażony z ziemniakami (250g) i pomidorami ze śmietaną i koperkiem (schab- 100g, olej rzepakowy- łyżka (10g), bułka tarta (1)- 1,5 łyżki (12g), jajko (3)- 20g , ziemniaki- 250g, pomidory- 125g, śmietana (7)- 25g, koperek- 5g) D01: Kompot wiśniowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z, : ziemniaki w postaci puree Zamiast kotleta- PULPECIK DROBIOWY W SOSIE POMIDOROWYM (filet z kurczaka- 100g, jajko (3)- 10g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), bulion warzywny (9)- 100ml, przecier pomidorowy- 30ml) D01/ML: pomidory z dodatkiem oleju rzepakowego (5g) zamiast śmietany D02, D05: Rosół chudy- przygotowany na piersi z kurczaka i skrzydełkach bez skóry D02,D03, D05: Zamiast kotleta- pulpecik drobiowy w sosie pomidorowym (filet z kurczaka- 80g, jajko (3)- 10g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), bulion warzywny (9)- 100ml, przecier pomidorowy- 30ml) Pomidory bez skórki, z dodatkiem jogurtu naturalnego (7) zamiast śmietany D03: Kompot owocowy bez dodatku cukru, zamiast ziemniaków kasza gryczana (250g)		D01: Kanapki z serem twarogowym wędzonym, rzodkiewkami i szczypiorkiem (chleb pszenno- żytni- 150g, ser twarogowy wędzony (7)- 100g, masło- 15g, rzodkiewki- 60g, szczypiorek- 10g) Herbata- 300ml D01/ML: zamiast sera szynka z piersi kurczaka- 50g (1,6,9,10) D02, D05: chleb pszenny(1)- 150g D02, D05: twaróg chudy- 50g, zamiast rzodkiewek i szczypiorku pomidor sparzony bez skórki D05: zamiast masła margaryna miękka D03: chleb żytni razowy(1)- 150g D07: dodatkowo 50g szynki z piersi kurczaka (1,6,9,10)

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2326 kcal B 105,2g T 70,5g W 316,7g cukry 40,8g NKT 21g błonnik 29,6g sód 1949 mg	D02	2279 kcal B 103,1g T 69,1g W 310,2g cukry 39,9g NKT 20,6g błonnik 23,6g sód 1721 mg
D03	2326 kcal B 105,2g T 70,5g W 316,7g cukry 34,9g NKT 21g błonnik 29,6g sód 1784 mg	D05	2255 kcal B 102g T 55,7g W 335,6g cukry 33,7g NKT 15,3g błonnik 23,6g sód 1679 mg
D07	2326 kcal B 117g T 65,3g W 299g cukry 40,8g NKT 21g błonnik 24,6g sód 1889 mg	D10	2279 kcal B 103,1g T 69,1g W 310,2g cukry 39,9g NKT 20,6g błonnik 23,6g sód 1721 mg
D11	2279 kcal B 103,1g T 69,1g W 310,2g cukry 39,9g NKT 20,6g błonnik 23,6g sód 1721 mg	D01/ML	2326 kcal B 105,2g T 70,5g W 316,7g cukry 40,8g NKT 21g błonnik 29,6g sód 1899 mg

PONIEDZIAŁEK 28.09.2026

ŚNIADANIE.	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą, musem jabłkowym i cynamonem (mleko 2% (7)- 200ml, woda- 100ml, kasza kukurydziana- 50g, mus jabłkowy- 50g) D01: Chleb, masło, ser żółty, papryka, sałata lodowa (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, ser gouda(7)- 50g, papryka- 70g, sałata lodowa- 30g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej) D01/ML: Zupa mleczna zamiast mleka napój sojowy (6) wzbogacany w wapń, z kaszą kukurydzianą, musem jabłkowym i cynamonem zamiast sera- szynka drobiowa (1,6,9,10) D02, D05: chleb pszenny (1) zamiast sera- szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g papryka sparzona bez skórki D05: zamiast masła- margaryna roślinna miękka D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1) (50g i cynamonem, bez musu jabłkowego chleb żytni razowy (1) 150g Herbata bez cukru D07: Chleb pszenno- żytni (1) - 100g Dodatkowo: szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g	D03: (2 DODATKI): serek wiejski (7)- 100g z ogórkiem (50g) i szczypiorkiem (5g), jogurt naturalny (7) - 150g D07: (1 DODATEK): serek wiejski (7)- 100g z ogórkiem (50g) i szczypiorkiem (5g)	D01: Zupa ziemniaczana z koperkiem (400ml) (bulion warzywny (9) 150ml, ziemniaki 150g, marchew 40g, por 25g, cebula 20g, olej rzepakowy 5g, koperek świeży 2g) D01: Spaghetti bolognese z makaronem 200g, sos 320g (wieprzowina, łopatka- 100g, cebula- 25g, czosnek- 5g, pieczarka- 3 x 20g, koncentrat pomidorowy- łyżeczka (12g), olej rzepakowy- łyżka (10g), pomidory krojone- 100g, natka pietruszki- 10g, makaron (1)) D01: Kompot- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej) D02, D05: zupa koperkowa (bulion warzywny (9), ziemniaki, włoszczyzna, mleko (7), koper, masło (7)) (400g) Spaghetti bolognese w wersji lekkostawnej (marchew- pół średniej (45g), pomidory krojone- 100g, koncentrat pomidorowy- łyżeczka (12g), filet z kurczaka- 100g, natka pietruszki- 10g, olej rzepakowy- 10g) D03: Spaghetti z makaronem pełnoziarnistym(1) (200g) Kompot bez dodatku cukru		D01: Sałatka śledziowa z jajkiem (100g), masło, ogórek kiszony, pieczywo (ziemniaki gotowane, olej rzepakowy, filety ze śledzia atlantyckiego (4), marchew gotowana, jajka (3), cebula marynowana, ocet, gorczyca (10), szczypiorek), ogórek kiszony (60g), masło- 15g, chleb pszenno- żytni (1)- 150g) D01: Herbata owocowa- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiiksowana do konsystencji papkowatej) D02, D05, D10, D11: Twarożek ziołowy: twaróg półtłusty(7) - 100g, jogurt naturalny (7) - 50g, koperek- 2 łyżeczki (2 x 3g), pietruszka- 2 łyżeczki (2 x 5g) podawany z pomidorem sparzonym bez skórki (100g), masło(7)- 15g (1,10), chleb pszenny (1) D03: chleb żytni pełnoziarnisty (1) herbata bez cukru D07: dodatkowe 50g sałatki

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2300 kcal B 106,4g T 71,4g W 305,7g cukry 35,6g NKT 21,1g błonnik 34,4g sód 1949 mg	D02	2252 kcal B 104,2g T 69,9g W 299,1g cukry 34,6g NKT 20,7g błonnik 27,4g sód 1949 mg
D03	2337 kcal B 107,2g T 71,5g W 314,7g cukry 31,4g NKT 21,2g błonnik 34,6g sód 1949 mg	D05	2228 kcal B 103,2g T 56,3g W 324,8g cukry 28,3g NKT 15,3g błonnik 27,4g sód 1949 mg
D07	2300 kcal B 118,4g T 66,1g W 287,8g cukry 35,6g NKT 21,1g błonnik 28,4g sód 1949 mg	D10	2252 kcal B 104,2g T 69,9g W 299,1g cukry 34,6g NKT 20,7g błonnik 27,4g sód 1949 mg
D11	2252 kcal B 104,2g T 69,9g W 299,1g cukry 34,6g NKT 20,7g błonnik 27,4g sód 1949 mg	D01/ML	2300 kcal B 106,4g T 71,4g W 305,7g cukry 35,6g NKT 21,1g błonnik 34,4g sód 1899 mg

WTOREK 29.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z zacierkami (300g) (mleko(7), mąka pszenna(1), jajo(3)) D01: Chleb, masło, szynka drobiowa, sałata masłowa, papryka (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, szynka drobiowa(1,6,9,10)- 50g, sałata masłowa- 10g, papryka czerwona- 50g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej), Z: papryka sparzona bez skórki D01/ML: Zamiast mleka napój sojowy(6) wzbogacany w wapń D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, papryka sparzona bez skórki D05: zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1) chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: dodatkowe 25g szynki drobiowej	D03: (DODATKI): jogurt naturalny (7) - 150g, serek grani (7) (150g) z rzodkiewką (45g) i szczypiorkiem (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani(7) (150g) z pomidorem (45g) i szczypiorkiem (5g)	D01: Zupa pomidorowa z soczewicą- 400g (soczewica, przecier pomidorowy, bulion warzywny(9) cebula, czosnek, oliwa, natka pietruszki, ziemniaki) D01: kurczak curry smażony z ryżem i fasolką szparagową z sezamem (pierś z kurczaka- 100g mąka pszenna, typ 550 (1)- 10g, olej rzepakowy -10g, bulion warzywny(9)- 50ml, cebula- 10g, marchew- 20g, curry, w proszku- 3g, przyprawy, ryż-250g, fasolka szparagowa- 140g, olej rzepakowy- 5g, sezam (11)-5g) D01: Kompot owocowy- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05, D07: zupa pomidorowa na bulionie na chudym mięsie (250ml) z makaronem (1) (100g), marchewką (45g) i natką pietruszki (5g) Zamiast kurczaka curry- kurczak w jasnym sosie bazyliowym (mleko 2% (7)- 50ml, mąka(1)- 8g, bazyli- 5g) D03: ryż brązowy (250g), kurczak curry przygotowany z mąką pełnoziarnistą (1) Kompot bez dodatku cukru		D01: Pieczywo, masło, kielbasa, ogórek kiszony (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło(7)- 15g, kielbasa krakowska sucha(1,6,9,10)- 50g, ogórek kiszony- 60g) D01: Herbata- 300ml D02: zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowej) D02, D05: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka(1,6,9,10)- 50g , chleb pszenny (1)- 150g zamiast ogórka pomidor sparzony bez skórki D05: Zamiast masła- margaryna miękka (15g) D03: chleb żytni razowy(1)- 150g Herbata bez cukru D07: Zamiast kielbasy- szynka z piersi kurczaka (1,6,9,10)- 50g

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorczyca 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2275 kcal B 99,5g T 67g W 318,2g cukry 36,2g NKT 18g błonnik 40g sól 1850 mg	D02	2227 kcal B 97,3g T 65,6g W 311,6g cukry 35,2g NKT 17,6g błonnik 33g sól 1850 mg
D03	2275 kcal B 99,5g T 67g W 318,2g cukry 30,2g NKT 18g błonnik 40g sól 1850 mg	D05	2203 kcal B 96,3g T 51,9g W 337,4g cukry 28,9g NKT 12,2g błonnik 33g sól 1841 mg
D07	2275 kcal B 111,5g T 61,7g W 300,2g cukry 36,2g NKT 18g błonnik 34g sól 1850 mg	D10	2227 kcal B 97,3g T 65,6g W 311,6g cukry 35,2g NKT 17,6g błonnik 33g sól 1850 mg
D11	2227 kcal B 97,3g T 65,6g W 311,6g cukry 35,2g NKT 17,6g błonnik 33g sól 1850 mg	D01/ML	2288 kcal B 103,5g T 69g W 313g cukry 35g NKT 20,9g błonnik 38,5g sól 1825 mg

ŚRODA 30.09.2026

ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
D01: Zupa mleczna z kaszą manną i jagodami (mleko 2% (7)- 250ml, kasza manna (1)- 50g, jagody mrożone (50g), cukier- pół łyżeczki (3g)) D01: Chleb, masło, polędwica sopocka, sałata, pomidor (chleb pszenno- żytni (1)- 150g, masło (7)- 15g, polędwica sopocka (1,6,9,10) - 50g, sałata- 50g, pomidor- 50g) D01: Herbata- 250ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: pomidor sparzony bez skórki (50g) D01/ML: Zupa z zacierkami (50g) na chudym bulionie drobiowo- warzywnym (9) (250ml) D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g, pomidor sparzony bez skórki (90g), szynka drobiowa (1,6,9,10)- 50g Jagody przetarte, w postaci musu D05: Zamiast masła- margaryna miękka- 15g D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez dodatku cukru Zupa mleczna z płatkami owsianymi (1) (50g) D07: Dodatkowe 30g szynki	D03: (2 DODATKI): jogurt naturalny (7) - 150g, serek grani (7) (150g) z rzodkiewkami (3 x 15g) i szczypiorkiem (5g) D07: (1 DODATEK): serek grani (7) (150g) z rzodkiewkami (3 x 15g) i szczypiorkiem (5g)	D01: Zupa kalafiorowa z ziemniakami (400ml) (bulion drobiowy (9), ziemniaki, kalafior, cebula, marchew, śmietana (7)- 12%, olej rzepakowy, masło (7), koperek, szczypiorek) D01: Udko z kurczaka gotowane w jasnym sosie z kaszą jęczmienną (250g) i surówką z marchwi (150g) (udko z kurczaka- 120g, mleko 2% (7)- 50ml, mąka pszenna (1)- 8g, masło (7)- 5g, kasza jęczmienna (1)- 250g, surówka z marchwi- 150g) Kompot owocowy- 250ml Z: naleśniki (2 x 80g) z twarogiem i musem jagodowym (naleśniki: jaja ,mleko, mąka- 2 sztuki (2 x 80g), twaróg półtłusty- 100g , jogurt naturalny jagody- 50g, cukier- 3g) D01/ML: Zupa kalafiorowa bez śmietany -zabielana mlekiem sojowym (6), sos przygotowany na bazie napoju sojowego (6) wzbogacanego w wapń D02, D05: zamiast surówki marchew gotowana- 150g, zupa bez cebuli D05: udko bez skóry, sos i zupa bez dodatku masła - w zamian margaryna miękka (5g), D03: sos przygotowany z dodatkiem mąki pełnoziarnistej (1) Kompot bez dodatku cukru D07: podwójna porcja kurczaka		D01: Jajka na twardo, pieczywo, papryka, sałata, masło (chleb pszenno- żytni (1) (150g), jajka (3)- 2 x 50g, papryka (50g), sałata (10g), masło (7)- 15g) D01: Herbata- 300ml D10 (potrawa przetarta/zmielona), D11 (potrawa zmiksowana do konsystencji papkowatej), Z: papryka sparzona bez skórki D02, D05: chleb pszenny (1)- 150g Zamiast jajek serek grani (7)- 150g z koperkiem (5g) i pietruszką (5g) papryka sparzona bez skórki (90g) D05: zamiast masła margaryna roślinna, miękka- 15g D03: chleb żytni razowy (1)- 150g Herbata bez dodatku cukru D07: Dodatkowo 30g szynki drobiowej (1,6,9,10)

Alergeny : 1-gluten, 2-skorupiaki 3-jaja, 4-ryby 5- orzeszki, 6-soja 7-mleko 8-orzechy 9- seler 10-gorzyczka 11-sezam, 12- dwutlenek siarki, 13- lubin, 14- mięczaki

WARTOŚĆ ODŻYWCZA

D01	2274 kcal B 103,7g T 69,3g W 307,6g cukry 36,5g NKT 20,6g błonnik 28,6g sód 1900 mg	D02	2203 kcal B 101,4g T 68g W 294,5g cukry 35,7g NKT 20,1g błonnik 22,9g sód 1557 mg
D03	2274 kcal B 103,7g T 69,3g W 307,6g cukry 30,7g NKT 20,6g błonnik 28,6g sód 1615 mg	D05	2179 kcal B 100,3g T 54,8g W 319,3g cukry 29,6g NKT 14,9g błonnik 22,9g sód 1519 mg
D07	2274 kcal B 115,3g T 64,1g W 290,2g cukry 36,5g NKT 20,6g błonnik 24,6g sód 1710 mg	D10	2203 kcal B 101,4g T 68g W 294,5g cukry 35,7g NKT 20,1g błonnik 22,9g sód 1557 mg
D11	2203 kcal B 101,4g T 68g W 294,5g cukry 35,7g NKT 20,1g błonnik 22,9g sód 1557 mg	D01/ML	2274 kcal B 103,7g T 69,3g W 307,6g cukry 36,5g NKT 20,6g błonnik 28,6g sód 1805 mg

LEGENDA DIET

Kod	Nazwa
D01	dieta podstawowa
D02	dieta łatwostrawna
D03	dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
D05	dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
D07	dieta bogatobiałkowa
D10	dieta przetarta
D11	dieta papkowata
D01/ML	dieta podstawowa z modyfikacją bezmleczną
Z	ZOL (oznaczenie wewnętrzne szpitala)
P01/1	dieta podstawowa pediatryczna – 2–3 lata; 1150 kcal
P01/2	dieta podstawowa pediatryczna – 4–9 lat; 1700 kcal
	dieta podstawowa pediatryczna – 10–18 lat