

DIETA PODSTAWOWA							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Dżem 25g Ser żółty 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Galaretka drobiowa 150g Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g Biszkopty 30g <u>(1a,7)</u>	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Ser żółty 30g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Mandarynka 2szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasztet 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasztet zapiekany 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Po dwieczor ek	Barszcz czerwony 350ml <u>(1a,7,9)</u> Pierogi z kapustą i pieczarkami 350g <u>(1a,3)</u> Surówka z warzyw i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Mandarynka 2szt	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Ziemniaki 200g Kotlet schabowy panierowany 250g <u>(1a,3)</u> Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Krupnik 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Klopsik w sosie pomidorowym 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Baton 40g <u>(1a,3,7,8)</u>	Zupa brokułowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g <u>(1a,7)</u> Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Rosół z makaronem 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1a,9)</u> Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g <u>(1a,9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g <u>(1a,7)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml <u>(1a,7,9)</u> Kasza jęczmienna 200g <u>(1c)</u> Gulasz wieprzowy gotowany 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g <u>(7)</u>
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Ryba po grecku 100g <u>(1a,9)</u> Śledź z cebulką 80g <u>(4)</u> Sałatka jarzynowa 100g <u>(3,9,10)</u> Makowiec 100g <u>(1a,3)</u> Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa z brokułem 150g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 150g <u>(3,10)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Ser żółty 50g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka ziemniaczana 150g <u>(1a,d,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2324kcal; B: 65g; T:66g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 244g w tym cukry: 28g; Bł: 25g; Sól: 5g	E: 2250kcal; B: 92g; T: 85g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 268g w tym cukry: 27g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2106kcal; B:70g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 18g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2006kcal; B: 67g; T: 67g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 1958kcal; B: 66g; T: 60g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 226g w tym cukry: 30g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 1975kcal; B: 84g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 40g; W: 186g w tym cukry: 20g; Bł: 20g; Sól: 5g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ DZIECIĘCY							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Dżem 25g Ser żółty 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Galaretka drobiowa 150g Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g Biszkopty 30g <u>(1a,7)</u>	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Ser żółty 30g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Mandarynka 2szt wafle ryżowe 30g	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasztet 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie <u>220ml</u>	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Pasztet zapiekany 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Po dwieczor ek	Barszcz czerwony 350ml <u>(1a,7,9)</u> Pierogi ruskie 350g <u>(1a,3)</u> Surówka z warzyw i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Mandarynka 2szt	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Ziemniaki 200g Bitka gotowana w sosie 250g <u>(1a,9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny <u>330g</u>	Krupnik 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Klopsik w sosie pomidorowym 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Baton 40g <u>(1a,3,7,8)</u>	Zupa brokułowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g <u>(1a,7)</u> Woda z cytryną 200ml Galaretka owocowa 220g	Rosół z makaronem 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1a,9)</u> Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g <u>(1a,9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkoty 30g <u>(1a,7)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml <u>(1a,7,9)</u> Kasza jęczmienna 200g <u>(1c)</u> Gulasz wieprzowy gotowany 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g <u>(7)</u>
Kolacja	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Ryba po grecku 100g <u>(1a,9)</u> Sałatka jarzynowa 100g <u>(3,9,10)</u> Sernik 100g <u>(1a,3)</u> Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa z brokułem 150g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 150g <u>(3,10)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Ser żółty 50g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka ziemniaczana 150g <u>(1a,d,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2369kcal; B: 77g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 242g w tym cukry: 33g; Bł: 21g; Sól: 5g	E: 2145kcal; B: 91g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 262g w tym cukry: 24g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2106kcal; B: 70g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 18g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2006kcal; B: 67g; T: 67g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 1958kcal; B: 66g; T: 60g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 226g w tym cukry: 30g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 1975kcal; B: 84g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 40g; W: 186g w tym cukry: 20g; Bł: 20g; Sól: 5g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA PODSTAWOWA – ODDZIAŁ PSYCHIATRYCZNY							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Dżem 25g Ser żółty 40g (7) Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Galaretka drobiowa 150g Serek kanapkowy 17g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g Biszkopty 30g (1a,7)	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Jajko gotowane 50g (3) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Ser żółty 30g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml (1b,c, 3,5,6,7,8) Mandarynka 2szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Paszтет 50g (1a,3,7,9,10) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g(7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt wafle ryżowe 30g	Zacierka na mleku 350g (1a,3,7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Twaróg w kawałku 50g (7) Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 220ml	Płatki ryżowe na mleku 350g (7) Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Paszтет zapiekany 50g (1a,3,7,9,10) Serek kanapkowy 17g (7) Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Po dwieczor ek	Zupa kalafiorowa 350ml (1a,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (1a,7) Woda z cytryną 200ml Mandarynka 2szt	Zupa jarzynowa 350ml (1a,7,9) Ziemniaki 200g Kotlet schabowy panierowany 250g (1a,3) Surówka z kapusty 150g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Krupnik 350ml (1a,9) Ziemniaki 200g Klopsik w sosie pomidorowym 150g (1a,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Baton 40g (1a,3,7,8)	Zupa brokułowa 350ml (1a,7,9) Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g (1a,7) Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Rosół z makaronem 350ml (1a,9) Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g (1a,9) Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (1a,9) Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g (1a,9) Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g (1a,7)	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml (1a,7,9) Kasza jęczmienna 200g (1c) Gulasz wieprzowy gotowany 150g (1a,9) Surówka z selera i jabłka 150g (9) Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pierogi z kapustą i grzybami 250g (1a,3) Makaron z makiem 150g (1a) Ryba po grecku 100g (1a,9) Śledź z cebulką 80g (4) Sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) Makowiec 100g (1a,3) Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (1a,d,3,7,9,10) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka ryżowa 150g (3,10) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleciną 70g (1a,d,3,7,9,10) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 50g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 20g (7) Sałatka ziemniaczana 150g (1a,d,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleciną 70g (1a,d,3,7,9,10) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml

Wartość odżywcza	E: 2324kcal; B: 65g; T:66g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 244g w tym cukry: 28g; Bł: 25g; Sól: 5g	E: 2250kcal; B: 92g; T: 85g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 268g w tym cukry: 27g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2106kcal; B:70g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 18g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2006kcal; B: 67g; T: 67g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 2039kcal; B: 70g; T: 62g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 237g w tym cukry: 35g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2378kcal; B: 81g; T: 92g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 294g w tym cukry: 43g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 2175kcal; B: 91g; T: 104g; Kw. tł. nas.: 42g; W: 213g w tym cukry: 29g; Bł: 20g; Sól: 5g
------------------	---	--	---	--	--	--	---

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Dżem 25g Ser żółty 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Galaretką drobiowa 150g Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g Biszkopty 30g <u>(1a,7)</u>	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Ser żółty 30g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Mandarynka 2szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Paszтет 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie <u>220ml</u>	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(7)</u> <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Paszтет zapiekany 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Po dwieczor ek	Barszcz czerwony 350ml <u>(1a,7,9)</u> Pierogi ruskie 350g <u>(1a,3)</u> Surówka z warzyw i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Mandarynka 2szt	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Ziemniaki 200g Bitka gotowana w sosie 250g <u>(1a,9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny <u>330g</u>	Krupnik 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Klopsik w sosie pomidorowym 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Baton 40g <u>(1a,3,7,8)</u>	Zupa brokułowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g <u>(1a,7)</u> Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Rosół z makaronem 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1a,9)</u> Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g <u>(1a,9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopy 30g <u>(1a,7)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml <u>(1a,7,9)</u> Kasza jęczmienna 200g <u>(1c)</u> Gulasz wieprzowy gotowany 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g <u>(7)</u>
Kolacja	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Ryba po grecku 100g <u>(1a,9)</u> Sałatka jarzynowa 100g <u>(3,9,10)</u> Sernik 100g <u>(1a,3)</u> Sałata 5g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa z brokułem 150g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 150g <u>(3,10)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Ser żółty 50g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka ziemniaczana 150g <u>(1a,d,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleciną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml

	Herbata z cytryną 250ml	Salata 5g Herbata z cytryną 250ml	Herbata z cytryną 250ml				
Wartość odżywcza	E: 2369kcal; B: 77g; T:78g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 242g w tym cukry: 33g; Bł: 21g; Sól: 5g	E: 2145kcal; B: 91g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 262g w tym cukry: 24g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2106kcal; B:70g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 18g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2006kcal; B: 67g; T: 67g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 1958kcal; B: 66g; T: 60g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 226g w tym cukry: 30g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 1975kcal; B: 84g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 40g; W: 186g w tym cukry: 20g; Bł: 20g; Sól: 5g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZ							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Dżem 25g Twarożek 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Galaretka drobiowa 150g Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko suszone 17g Biszkopty 30g <u>(1a,7)</u>	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Mandarynka 2szt wafle ryżowe 30g	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twarożek 50g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie <u>220ml</u>	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt wafle ryżowe 30g	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczyno mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Po dwieczor ek	Barszcz czerwony 350ml <u>(1a,7,9)</u> Pierogi ruskie 350g <u>(1a,3)</u> Surówka z warzyw i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Mandarynka 2szt	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Ziemniaki 200g Bitka gotowana w sosie 250g <u>(1a,9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny <u>330g</u>	Krupnik 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Klopsik w sosie pomidorowym 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Baton 40g <u>(1a,3,7,8)</u>	Zupa brokułowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 350g <u>(1a,7)</u> Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Rosół z makaronem 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml Sok pomidorowy 330g	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1a,9)</u> Makaron spaghetti z sosem bolognese 350g <u>(1a,9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt Biszkopty 30g <u>(1a,7)</u>	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml <u>(1a,7,9)</u> Kasza jęczmienna 200g <u>(1c)</u> Gulasz wieprzowy gotowany 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g <u>(7)</u>

Kolacja	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Ryba po grecku 100g <u>(1a,9)</u> Sałatka jarzynowa 100g <u>(3,9,10)</u> Sernik 100g <u>(1a,3)</u> Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa z brokułem 150g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 150g <u>(3,10)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Sałatka ziemniaczana 150g <u>(1a,d,3,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Pasta z wędliny z zieleniną 70g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2369kcal; B: 77g; T: 78g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 242g w tym cukry: 33g; Bł: 21g; Sól: 5g	E: 2145kcal; B: 91g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 262g w tym cukry: 24g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2106kcal; B: 70g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 18g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2006kcal; B: 67g; T: 67g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 1958kcal; B: 66g; T: 60g; Kw. tł. nas.: 24g; W: 226g w tym cukry: 30g; Bł: 26g; Sól: 5g	E: 2135kcal; B: 69g; T: 82g; Kw. tł. nas.: 23g; W: 271g w tym cukry: 28g; Bł: 26g; Sól: 4g	E: 1975kcal; B: 84g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 40g; W: 186g w tym cukry: 20g; Bł: 20g; Sól: 5g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA ŁATWOSTRAWNA – DZIECI DO LAT 3							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Dżem 25g Twarożek 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Galaretka drobiowa 150g Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Mandarynka 2szt	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Serek kanapkowy 34g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Mus owocowy 1szt	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 30g <u>(7)</u> Dżem 25g Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Smoothie 220ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Serek kanapkowy 34g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Banan 1szt
Obiad/Po dwieczor ek	Barszcz czerwony 250ml <u>(1a,7,9)</u> Pierogi ruskie 150g <u>(1a,3)</u> Surówka z warzyw i jabłka 75g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Mandarynka 2szt	Zupa jarzynowa 250ml <u>(1a,7,9)</u> Ziemniaki 100g Bitka gotowana w sosie 100g <u>(1a,9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 75g Woda z cytryną 200ml Sok owocowo-warzywny 330g	Krupnik 250ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 100g Klopsik w sosie pomidorowym 100g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 75g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Mus owocowy 1szt	Zupa brokułowa 250ml <u>(1a,7,9)</u> Makaron z twarogiem i sosem waniliowym 150g <u>(1a,7)</u> Woda z cytryną 200ml Galaretka owocowa 220g	Rosół z makaronem 250ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 100g Gulasz drobiowy 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 75g Woda z cytryną 200ml Kisiel 200g	Zupa z fasolki szparagowej 250ml <u>(1a,9)</u> Makaron spaghetti z sosem bolognese 150g <u>(1a,9)</u> Woda z cytryną 200ml Jabłko 1szt	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml <u>(1a,7,9)</u> Kasza jęczmienna 100g <u>(1c)</u> Gulasz wieprzowy gotowany 100g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 75g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g <u>(7)</u>

Kolacja	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Ryba po grecku 50g <u>(1a,9)</u> Sałatka jarzynowa 50g <u>(3,9,10)</u> Sernik 50g <u>(1a,3)</u> Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka makaronowa z brokułem 100g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Sałatka ryżowa 100g <u>(3,10)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Twarożek 70g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 30g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 50g <u>(1a,b)</u> Masło 10g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 30g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 1200kcal; B: 36g; T:35g; Kw. tł. nas.: 12g; W: 130g w tym cukry: 17g; Bł: 10g; Sól: 2g	E: 1150kcal; B: 40g; T: 33g; Kw. tł. nas.: 12g; W: 122g w tym cukry: 11g; Bł: 10g; Sól: 3g	E: 1230kcal; B:37g; T: 45g; Kw. tł. nas.: 11g; W: 135g w tym cukry: 10g; Bł: 11g; Sól: 2g	E: 956kcal; B: 30g; T: 30g; Kw. tł. nas.: 12g; W: 123g w tym cukry: 18g; Bł: 9g; Sól: 2g	E: 890kcal; B: 26g; T: 24g; Kw. tł. nas.: 13g; W: 115g w tym cukry: 12g; Bł: 10g; Sól: 2g	E: 1050kcal; B: 33g; T: 35g; Kw. tł. nas.: 9g; W: 143g w tym cukry: 13g; Bł: 11g; Sól: 2g	E: 878kcal; B: 37g; T: 39g; Kw. tł. nas.: 15g; W: 96g w tym cukry: 8g; Bł: 9g; Sól: 2g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW							
Data	24.12.2025	25.12.2025	26.12.2025	27.12.2025	28.12.2025	29.12.2025	30.12.2025
Rodzaj posiłku	Środa	Czwartek	Piątek	Sobota	Niedziela	Poniedziałek	Wtorek
Śniadanie /II śniadanie	Pieczywo razowe 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Dżem 25g Ser żółty 40g <u>(7)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Jabłko 1szt orzechy włoskie 150g <u>(8c)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Galaretka drobiowa 150g Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Ogórek 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Jajko gotowane 50g <u>(3)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Ser żółty 30g Pomidor 70g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Jabłko 1szt orzechy włoskie 150g <u>(8c)</u>	Pieczywo mieszane 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Paszтет 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Smoothie <u>220ml</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Szynka wieprzowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 150 orzechy włoskie 30	Pieczywo razowe 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Twaróg w kawałku 50g <u>(7)</u> Szynka drobiowa 40g <u>(1a,d,3,7,9,10)</u> Pomidor 70g Sałata 5g Kawa zbożowa bez cukru 250ml <u>(1b,c, 3,5,6,7,8)</u> Jogurt naturalny 150g <u>(7)</u>	Pieczywo razowe 100g <u>(1a,b)</u> Masło 20g <u>(7)</u> Paszтет zapiekany 50g <u>(1a,3,7,9,10)</u> Serek kanapkowy 17g <u>(7)</u> Pomidor 50g Sałata 5g Herbata bez cukru 250ml Jabłko 1szt orzechy włoskie 30g <u>(8)</u>
Obiad/Po dwieczor ek	Barszcz czerwony 350ml <u>(1a,7,9)</u> Pierogi ruskie 350g <u>(1a,3)</u> Surówka z warzyw i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml	Zupa jarzynowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Ziemniaki 200g Bitka gotowana w sosie 250g <u>(1a,9)</u> Fasolka szparagowa gotowana 150g Woda z cytryną 200ml	Krupnik 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Klopsik w sosie pomidorowym 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka 150g <u>(9)</u> Woda z cytryną 200ml	Zupa brokułowa 350ml <u>(1a,7,9)</u> Makaron razowy z twarogiem i sosem waniliowym 350g <u>(1a,7)</u> Woda z cytryną 200ml	Rosół z makaronem 350ml <u>(1a,9)</u> Ziemniaki 200g Gulasz drobiowy 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z marchewki i jabłka 150g Woda z cytryną 200ml	Zupa z fasolki szparagowej 350ml <u>(1a,9)</u> Makaron razowy z sosem boloğnese 350g <u>(1a,9)</u> Woda z cytryną 200ml	Zupa pomidorowa z makaronem 350ml <u>(1a,7,9)</u> Kasza jęczmienna 200g <u>(1c)</u> Gulasz wieprzowy gotowany 150g <u>(1a,9)</u> Surówka z selera i jabłka

	Kefir 150g (7)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,3,7,9,10)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,3,7,9,10)	Sok owocowo-warzywny 330g	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,3,7,9,10)	Kanapka z wędliną 65g (1a,b,3,7,9,10)	150g (9) Woda z cytryną 200ml Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Ryba po grecku 100g (1a,9) Sałatka jarzynowa 100g (3,9,10) Sernik 100g (1a,3) Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Sałatka makaronowa z brokułem 150g (1a,d,3,7,9,10) Szynka wieprzowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Sałatka ryżowa 150g (3,10) Szynka drobiowa 40g (1a,d,3,7,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo mieszane 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 70g (1a,d,3,7,9,10) Rzodkiewka 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Ser żółty 50g (7) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 20g (7) Sałatka ziemniaczana 150g (1a,d,3,9,10) Pomidor 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml	Pieczywo razowe 100g (1a,b) Masło 10g (7) Pasta z wędliny z zieleniną 70g (1a,d,3,7,9,10) Ogórek 70g Sałata 5g Herbata z cytryną 250ml
Wartość odżywcza	E: 2369kcal; B: 77g; T:78g; Kw. tł. nas.: 27g; W: 242g w tym cukry: 33g; Bł: 21g; Sól: 5g	E: 2145kcal; B: 91g; T: 76g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 262g w tym cukry: 24g; Bł: 23g; Sól: 5g	E: 2106kcal; B:70g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 20g; W: 251g w tym cukry: 18g; Bł: 27g; Sól: 5g	E: 2006kcal; B: 67g; T: 67g; Kw. tł. nas.: 30g; W: 274g w tym cukry: 41g; Bł: 24g; Sól: 4g	E: 1994kcal; B: 67g; T: 69g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 208g w tym cukry: 28g; Bł: 36g; Sól: 5g	E: 2075kcal; B: 68g; T: 86g; Kw. tł. nas.: 25g; W: 239g w tym cukry: 14g; Bł: 37g; Sól: 4g	E: 1975kcal; B: 84g; T: 97g; Kw. tł. nas.: 40g; W: 186g w tym cukry: 20g; Bł: 20g; Sól: 5g

Oznaczenia alergenów podane na ostatniej stronie

Wykaz alergenów

1. Zboża zawierające **gluten**, tj. pszenica (a), żyto (b), jęczmień (c), owies (d), orkisz (e), kamut (f) lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne.
2. **Skorupiaki** i produkty pochodne.
3. **Jaja** i produkty pochodne.
4. **Ryby** i produkty pochodne.
5. **Orzeszki ziemne** i produkty pochodne.
6. **Soja** i produkty pochodne.
7. **Mleko** i produkty pochodne.

8. **Orzechy**, tj. migdały (*Amygdalus communis* L.) (a), orzechy laskowe (*Corylus avellana*) (b), orzechy włoskie (*Juglans regia*) (c), orzechy nerkowca (*Anacardium occidentale*) (d), orzeszki pekan (*Carya illinoensis* (Wangenh.) K. Koch) (e), orzechy brazylijskie (*Bertholletia excelsa*) (f), pistacje/orzechy pistacjowe (*Pistacia vera*) (g), orzechy makadamia lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*) (h), a także produkty pochodne z wyjątkiem orzechów wykorzystywanych do produkcji destylatów alkoholowych, w tym alkoholu etylowego pochodzenia rolniczego;

9. **Seler** i produkty pochodne.

10. **Gorczyca** i produkty pochodne.

11. **Nasiona sezamu** i produkty pochodne.

12. **Dwutlenek siarki** i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/litr w przeliczeniu na całkowitą zawartość SO₂ dla produktów w postaci gotowej bezpośrednio do spożycia lub w postaci przygotowanej do spożycia zgodnie z instrukcjami wytwórców

13. **Łubin** i produkty pochodne.

14. **Mięczaki** i produkty pochodne.

Jadłospis może ulec zmianie z przyczyn od nas niezależnych.