

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona	
2025-09-22, poniedziałek	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko) Twarożek z ogórkiem świeżym (og) 50 g (Mleko , Soja) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Papryka świeża słupki 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Chleb zwykły 55 g (Gluten)	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko) Twarożek ze słodką papryką (III) 50 g (Mleko) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Mieszanka wiosenna gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Chleb zwykły 65 g (Gluten)	Krupnik jaglany na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca) Miód 25 g Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Mieszanka wiosenna gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Chleb zwykły 55 g (Gluten)	Krupnik jaglany na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca) Twarożek ze słodką papryką (III) 50 g (Mleko) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Papryka świeża słupki 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten)	Krupnik jaglany na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Papryka świeża słupki 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten)	Kasza jaglana na mleku 250 ml (Mleko) Twarożek ze słodką papryką (III) 50 g (Mleko) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Mieszanka wiosenna gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Bułka parówka 100 g (Gluten , Soja)	Krupnik jaglany na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca) Miód 25 g Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Mieszanka wiosenna gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Bułka parówka 100 g (Gluten , Soja)	Krupnik jaglany na wywarze 250 ml (Seler , Gorczyca) Twarożek ze słodką papryką (III) 50 g (Mleko) Szynka biała 50 g (Mleko , Soja) Mieszanka wiosenna gotowana (III) 80 g Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Bułka parówka 100 g (Gluten , Soja)	Płynna mleczna 500 ml (Gluten , Jaja , Mleko) Herbata 250 ml
	II SN	Śliwki 100 g	Banan 180 g	Śliwki 100 g	Banan 180 g	Len ziarno 15 g				
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami i smietaną (102-B) 250 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , SO2) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Śurówka z kiszzonego ogórka, papryki, kukurydzy i oleju (ogólna) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami i smietaną (102-B) 250 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , SO2) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami i smietaną (102-A) 250 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca , SO2) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Śurówka z kiszzonego ogórka, papryki, kukurydzy i oleju (ogólna) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Śurówka z kiszzonego ogórka, papryki, kukurydzy i oleju (ogólna) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Sos biały krem (III) 100 ml (Gluten , Mleko , Seler , Gorczyca) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Marchewka mr. podprawiana (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (7 skl.) b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami na wywarze (155-B) 250 ml (Seler , Gorczyca) Kotlet mielony z pieca (d) 100 g (Gluten , Jaja , Gorczyca) Marchewka mr. gotowana (płynne) 100 g Kompot z mieszanki (7 skl.) 250 ml (Gluten , Jaja , Gorczyca)	
	PD	Serek homogenizowany 150 g (Mleko)	Kisiel truskawkowo-jabłkowy 250 g (Gluten)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko)	Kisiel truskawkowo-jabłkowy 250 g (Gluten)	Serek homogenizowany 150 g (Mleko)	Kisiel truskawkowo-jabłkowy 250 g (Gluten)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko)	Serek homogenizowany 150 g (Mleko)	
	Kolacja	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka (d) 150 g (Jaja , Ryby , Mleko , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Bułka kajzerka 100 g (Gluten)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka b/ml (III) 150 g (Ryby , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Bułka kajzerka 100 g (Gluten)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka (d) 150 g (Jaja , Ryby , Mleko , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 100 g (Gluten , Soja)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka b/ml (III) 150 g (Ryby , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Bułka grahamka 100 g (Gluten , Soja)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka b/ml (III) 150 g (Ryby , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml Bułka parówka 100 g (Gluten , Soja)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka b/ml (III) 150 g (Ryby , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Bułka parówka 100 g (Gluten , Soja)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (Mleko , Seler) Salatka z ryżu i tuńczyka b/ml (III) 150 g (Ryby , Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Bułka parówka 100 g (Gluten , Soja)	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 500 g (Mleko , Seler) Herbata 250 ml	
	kcal: 2617.15 kcal; B/o: 123.08 g; B/z: 86.34 g; T: 79.91 g; W/p: 337.46 g; Błonnik: 27.08 g; Ca: 737.85 mg; Fe: 13.43 mg; WitA: 1718.02 ug; WitB1: 1.93 mg; WitB2: 2.52 mg; WitC: 252.75 mg; Sól: 13.76 g; Chol.: 282.75 mg; WNNKT: 13.73 g; NKT: 31.43 g;	kcal: 2816.48 kcal; B/o: 126.59 g; B/z: 86.44 g; T: 81.09 g; W/p: 378.20 g; Błonnik: 33.38 g; Ca: 773.32 mg; Fe: 13.98 mg; WitA: 3169.32 ug; WitB1: 2.05 mg; WitB2: 2.66 mg; WitC: 146.07 mg; Sól: 12.28 g; Chol.: 279.65 mg; WNNKT: 13.03 g; NKT: 31.00 g;	kcal: 2595.37 kcal; B/o: 92.95 g; B/z: 53.51 g; T: 77.08 g; W/p: 363.96 g; Błonnik: 36.47 g; Ca: 286.58 mg; Fe: 14.40 mg; WitA: 1893.71 ug; WitB1: 1.92 mg; WitB2: 1.43 mg; WitC: 181.36 mg; Sól: 15.00 g; Chol.: 245.25 mg; WNNKT: 14.63 g; NKT: 27.53 g;	kcal: 2266.55 kcal; B/o: 106.64 g; B/z: 66.19 g; T: 75.37 g; W/p: 271.57 g; Błonnik: 36.84 g; Ca: 626.39 mg; Fe: 15.68 mg; WitA: 2386.56 ug; WitB1: 2.02 mg; WitB2: 1.61 mg; WitC: 286.59 mg; Sól: 14.61 g; Chol.: 425.25 mg; WNNKT: 15.85 g; NKT: 26.09 g;	kcal: 2933.17 kcal; B/o: 131.56 g; B/z: 89.28 g; T: 88.10 g; W/p: 387.49 g; Błonnik: 31.40 g; Ca: 732.83 mg; Fe: 14.04 mg; WitA: 3693.95 ug; WitB1: 2.05 mg; WitB2: 2.57 mg; WitC: 155.48 mg; Sól: 12.88 g; Chol.: 269.91 mg; WNNKT: 14.09 g; NKT: 32.03 g;	kcal: 2730.47 kcal; B/o: 98.16 g; B/z: 55.54 g; T: 81.74 g; W/p: 383.16 g; Błonnik: 33.97 g; Ca: 289.42 mg; Fe: 14.30 mg; WitA: 3765.29 ug; WitB1: 1.92 mg; WitB2: 1.43 mg; WitC: 186.28 mg; Sól: 13.69 g; Chol.: 257.91 mg; WNNKT: 14.26 g; NKT: 27.05 g;	kcal: 2604.17 kcal; B/o: 112.48 g; B/z: 69.14 g; T: 84.87 g; W/p: 330.82 g; Błonnik: 32.68 g; Ca: 586.27 mg; Fe: 13.95 mg; WitA: 3790.79 ug; WitB1: 1.98 mg; WitB2: 1.93 mg; WitC: 168.87 mg; Sól: 13.99 g; Chol.: 271.51 mg; WNNKT: 14.26 g; NKT: 29.04 g;	kcal: 1873.94 kcal; B/o: 91.51 g; B/z: 71.83 g; T: 68.10 g; W/p: 212.92 g; Błonnik: 21.49 g; Ca: 952.21 mg; Fe: 11.35 mg; WitA: 3179.52 ug; WitB1: 1.31 mg; WitB2: 2.44 mg; WitC: 105.43 mg; Sól: 4.17 g; Chol.: 389.20 mg; WNNKT: 10.35 g; NKT: 26.48 g;		

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona	
2025-09-23 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Ser żółty 50 g (Mleko) Dżem 50 g Chalka 100 g (Gluten, Jaja, Soja) Masło 10 g (Mleko) Ogórek świeży plasterki 80 g Kakao 250 ml (Mleko)	Kasza manna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Dżem 50 g Ser żółty 50 g (Mleko) Kalaflor z włoszczyzną gotowany (dieta) 80 g (Seler, Soja) Chalka 100 g (Gluten, Jaja, Soja) Masło 10 g (Mleko) Kakao 250 ml (Mleko)	Pomidorowa z kaszą manną 250 ml (Gluten, Seler) Dżem 50 g Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Kalaflor z włoszczyzną gotowany (dieta) 80 g (Seler, Soja) Chalka 100 g (Gluten, Jaja, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Pomidorowa z kaszą manną 250 ml (Gluten, Seler) Ser żółty 50 g (Mleko) Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Ogórek świeży plasterki 80 g (Gluten) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Ogórek świeży plasterki 80 g Herbata b/c 250 ml	Pomidorowa z kaszą manną 250 ml (Gluten, Seler) Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Ogórek świeży plasterki 80 g Herbata b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Dżem 50 g Kalaflor z włoszczyzną gotowany (dieta) 80 g (Seler, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Kalaflor z włoszczyzną gotowany (dieta) 80 g (Seler, Soja) Masło 10 g (Mleko) Kakao 250 ml (Mleko)	Pomidorowa z kaszą manną 250 ml (Gluten, Seler) Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Dżem 50 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Kalaflor z włoszczyzną gotowany (dieta) 80 g (Seler, Soja) Herbata b/c 250 ml	Pomidorowa z kaszą manną 250 ml (Gluten, Seler) Poledwica sopocka 2 [Por] x 50 g (Gluten, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Kalaflor z włoszczyzną gotowany (dieta) 80 g (Seler, Soja) Herbata b/c 250 ml	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko) Kakao 250 ml (Mleko)
	II ŚN	Mandarynka 80 g					Jabłko pieczone 140 g			Len ziarno 15 g
	Obiad	Pieczarkowa z ryżem i śmietaną (83-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten) Kompot z czarnej porzeczki 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze (141-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten) Kompot z czarnej porzeczki 250 ml	Pieczarkowa z ryżem i śmietaną (83-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten) Kompot z czarnej porzeczki 250 ml	Pieczarkowa z ryżem i śmietaną (83-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Śurówka ogrodowa (og) 100 g (Gorczyca) Kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze (141-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Śurówka ogrodowa (og) 100 g (Gorczyca) Kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze (141-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten) Kompot z czarnej porzeczki 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze (141-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten) Kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze (141-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Szpinak mr. podprawiany b/ml (III) 100 g (Gluten) Kompot z czarnej porzeczki b/c 250 ml	Krupnik ryżowy na wywarze (141-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Gulasz drobiowy z kurczaka (III) 150 g (Gluten, Seler, Soja) Szpinak (płynna) 100 g Kompot z czarnej porzeczki 250 ml Kisiel wiśniowy 250 g
	PD	Kefir 250 g (Mleko)		Kisiel wiśniowy 250 g	Kefir 250 g (Mleko)	Kisiel wiśniowy 250 g			Kefir 200 g (Mleko)	
	Kolejca	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Salatka z kalaflora, kukurydzy i rodzynek z orzechami (d) 100 g (Jaja, Gorczyca, Orzechy, Gluten, Soja) Chleb zwykły 60 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Salatka z kalaflora, kukurydzy i rodzynek z orzechami (d) 100 g (Jaja, Gorczyca, Orzechy, Gluten, Soja) Chleb zwykły 60 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Krupnik z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Salatka z kalaflora, kukurydzy i rodzynek z orzechami (d) 100 g (Jaja, Gorczyca, Orzechy, Gluten, Soja) Chleb zwykły 60 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 30 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Krupnik z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Salatka z kalaflora, kukurydzy i rodzynek z orzechami (d) 100 g (Jaja, Gorczyca, Orzechy, Gluten, Soja) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Chleb zwykły 60 g (Gluten) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Krupnik z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Salatka z kalaflora, kukurydzy i rodzynek z orzechami (d) 100 g (Jaja, Gorczyca, Orzechy, Gluten, Soja) Chleb zwykły 60 g (Gluten) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Salatka z brokuła, cukinii i marchewki mini z olejem (III) 100 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Krupnik z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Salatka z brokuła, cukinii i marchewki mini z olejem (III) 100 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Krupnik z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka staropolska 50 g (Gluten, Soja) Salatka z brokuła, cukinii i marchewki mini z olejem (III) 100 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Krupnik z płatkami owsianymi mix z filetem drobiowym 500 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Herbata 250 ml
	kcal: 2637.72 kcal; B/o: 109.62 g; B/z: 73.45 g; T: 95.44 g; W/p: 321.27 g; Błonnik: 27.88 g; Ca: 1648.06 mg; Fe: 13.81 mg; WitA: 1889.43 ug; WitB1: 1.75 mg; WitB2: 3.18 mg; WitC: 245.41 mg; Sól: 12.09 g; Chol.: 268.34 mg; WNNKT: 14.94 g; NKT: 38.95 g;	kcal: 2653.22 kcal; B/o: 111.02 g; B/z: 73.45 g; T: 95.59 g; W/p: 322.28 g; Błonnik: 30.07 g; Ca: 1653.36 mg; Fe: 14.18 mg; WitA: 2072.43 ug; WitB1: 1.81 mg; WitB2: 3.23 mg; WitC: 272.55 mg; Sól: 12.15 g; Chol.: 268.34 mg; WNNKT: 15.01 g; NKT: 38.96 g;	kcal: 2238.42 kcal; B/o: 93.45 g; B/z: 54.70 g; T: 71.60 g; W/p: 288.41 g; Błonnik: 32.52 g; Ca: 349.81 mg; Fe: 14.72 mg; WitA: 2244.40 ug; WitB1: 1.87 mg; WitB2: 1.34 mg; WitC: 306.08 mg; Sól: 13.39 g; Chol.: 224.44 mg; WNNKT: 15.22 g; NKT: 21.63 g;	kcal: 2218.69 kcal; B/o: 108.41 g; B/z: 69.83 g; T: 90.89 g; W/p: 221.46 g; Błonnik: 40.31 g; Ca: 787.44 mg; Fe: 15.16 mg; WitA: 1634.88 ug; WitB1: 1.89 mg; WitB2: 2.05 mg; WitC: 280.97 mg; Sól: 14.93 g; Chol.: 292.80 mg; WNNKT: 19.01 g; NKT: 33.69 g;	kcal: 2059.17 kcal; B/o: 98.54 g; B/z: 60.55 g; T: 74.33 g; W/p: 228.39 g; Błonnik: 40.33 g; Ca: 363.66 mg; Fe: 15.57 mg; WitA: 1636.90 ug; WitB1: 1.89 mg; WitB2: 1.50 mg; WitC: 292.80 mg; Sól: 13.81 g; Chol.: 400.44 mg; WNNKT: 18.78 g; NKT: 22.32 g;	kcal: 2448.20 kcal; B/o: 107.83 g; B/z: 68.33 g; T: 65.13 g; W/p: 342.91 g; Błonnik: 28.28 g; Ca: 1215.99 mg; Fe: 13.70 mg; WitA: 2684.55 ug; WitB1: 1.91 mg; WitB2: 2.46 mg; WitC: 262.50 mg; Sól: 12.22 g; Chol.: 201.99 mg; WNNKT: 11.95 g; NKT: 25.95 g;	kcal: 2197.92 kcal; B/o: 95.15 g; B/z: 54.35 g; T: 60.52 g; W/p: 301.94 g; Błonnik: 30.71 g; Ca: 352.96 mg; Fe: 14.41 mg; WitA: 2990.50 ug; WitB1: 1.76 mg; WitB2: 1.31 mg; WitC: 284.20 mg; Sól: 13.97 g; Chol.: 210.69 mg; WNNKT: 12.58 g; NKT: 20.67 g;	kcal: 2106.62 kcal; B/o: 106.23 g; B/z: 65.11 g; T: 62.45 g; W/p: 263.95 g; Błonnik: 30.31 g; Ca: 353.02 mg; Fe: 14.78 mg; WitA: 2990.00 ug; WitB1: 1.98 mg; WitB2: 1.36 mg; WitC: 278.50 mg; Sól: 14.76 g; Chol.: 230.45 mg; WNNKT: 12.74 g; NKT: 21.47 g;	kcal: 1627.42 kcal; B/o: 102.01 g; B/z: 82.39 g; T: 50.72 g; W/p: 182.28 g; Błonnik: 16.96 g; Ca: 1357.51 mg; Fe: 12.53 mg; WitA: 1847.08 ug; WitB1: 1.08 mg; WitB2: 2.56 mg; WitC: 166.84 mg; Sól: 4.80 g; Chol.: 391.50 mg; WNNKT: 8.27 g; NKT: 20.60 g;	

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoreszkowa	ubogoreszkowa bezmleczna	ubogoreszkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona
2025-09-24 środa	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Mieszanka cateringowa gotowana 80 g Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (Seler, Gorczyca) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Salata 35 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (Seler, Gorczyca) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Salata 35 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (Seler, Gorczyca) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Salata 35 g Jaja gotowane 50 g (Jaja) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Jarzynka gotowana (III) 80 g (Seler) Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Jarzynka gotowana (III) 80 g (Seler) Herbata 250 ml	Ziemniaczana 250 ml (Seler, Gorczyca) Pasta z ryby gotowanej i warzyw b/ml (III) 50 g (Ryby, Seler) Poledwica sopocka 50 g (Gluten, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Jarzynka gotowana (III) 80 g (Seler) Herbata b/c 250 ml	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko) Herbata 250 ml
		Banan 180 g							
2025-09-24 środa	Obiad	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Pyzy ziemniaczane z masłem 250 g (Mleko) Salata lodowa z olejem i koperkiem (dieta) 80 g Kompot z mieszanki (4 skł.) 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Pyzy ziemniaczane z masłem 250 g (Mleko) Salata lodowa z olejem i koperkiem (dieta) 80 g Kompot z mieszanki (4 skł.) b/c 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Pyzy ziemniaczane 250 g Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z mieszanki (4 skł.) 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Pyzy ziemniaczane 250 g Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z mieszanki (4 skł.) 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Pyzy ziemniaczane 250 g Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Kompot z mieszanki (4 skł.) 250 ml Brokuł mr. z wody (III) 100 g	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Pyzy ziemniaczane 250 g Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z mieszanki (4 skł.) b/c 250 ml	Barszcz czerwony na wywarze z ziemniakami (160-B) 250 ml (Seler, Gorczyca) Szynka wp. gotowana (płynna) 50 g Brokuł mr. z wody (płynne) 100 g Kompot z mieszanki (4 skł.) 250 ml Kisiel jabłkowy 250 g	
		Serek wiejski 200 g (Mleko)	Drożdżówka z jabłkiem mini 40 g (Gluten, Jaja, Mleko)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko)	Kisiel jabłkowy 250 g	Serek wiejski 200 g (Mleko)	Kisiel jabłkowy 250 g	Jogurt naturalny 150 g (Mleko)	
2025-09-24 środa	Kolacja	Kielbasa drobiowa na gorąco 100 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Salatka z marchewką mini z oliwą (III) 100 g Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Kielbasa drobiowa na gorąco 100 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Salatka z marchewką mini z oliwą (III) 100 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Zacierka z makaronem 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Pierś Bianca 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Salatka z marchewką mini z oliwą (III) 100 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Zacierka z makaronem 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Pierś Bianca 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Salatka z marchewką mini z oliwą (III) 100 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Zacierka z makaronem mix z szynką 500 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Herbata 250 ml			
		kcal: 2324.09 kcal; B/o: 111.39 g; B/z: 75.19 g; T: 74.78 g; W/p: 283.40 g; Błonnik: 35.37 g; Ca: 828.43 mg; Fe: 13.80 mg; WitA: 2383.68 ug; WitB1: 1.20 mg; WitB2: 2.58 mg; WitC: 138.48 mg; Sól: 11.14 g; Chol.: 407.30 mg; WNNKT: 9.80 g; NKT: 27.62 g;	kcal: 2829.97 kcal; B/o: 111.22 g; B/z: 72.02 g; T: 74.74 g; W/p: 406.01 g; Błonnik: 43.77 g; Ca: 796.00 mg; Fe: 18.57 mg; WitA: 2683.38 ug; WitB1: 1.60 mg; WitB2: 2.57 mg; WitC: 118.30 mg; Sól: 15.58 g; Chol.: 410.00 mg; WNNKT: 13.49 g; NKT: 31.19 g;	kcal: 2705.49 kcal; B/o: 87.00 g; B/z: 45.44 g; T: 68.40 g; W/p: 412.42 g; Błonnik: 45.31 g; Ca: 363.08 mg; Fe: 19.09 mg; WitA: 2770.68 ug; WitB1: 1.59 mg; WitB2: 1.78 mg; WitC: 135.49 mg; Sól: 14.47 g; Chol.: 404.60 mg; WNNKT: 13.84 g; NKT: 25.47 g;	kcal: 2578.94 kcal; B/o: 93.08 g; B/z: 50.08 g; T: 71.49 g; W/p: 365.65 g; Błonnik: 49.08 g; Ca: 600.98 mg; Fe: 20.35 mg; WitA: 2564.93 ug; WitB1: 1.67 mg; WitB2: 2.07 mg; WitC: 124.22 mg; Sól: 14.73 g; Chol.: 402.60 mg; WNNKT: 15.27 g; NKT: 26.73 g;	kcal: 2577.17 kcal; B/o: 86.98 g; B/z: 44.68 g; T: 68.81 g; W/p: 376.47 g; Błonnik: 50.69 g; Ca: 351.00 mg; Fe: 20.47 mg; WitA: 2544.13 ug; WitB1: 1.63 mg; WitB2: 1.77 mg; WitC: 130.15 mg; Sól: 14.52 g; Chol.: 390.60 mg; WNNKT: 15.25 g; NKT: 24.97 g;	kcal: 3032.72 kcal; B/o: 122.82 g; B/z: 75.34 g; T: 66.87 g; W/p: 463.31 g; Błonnik: 42.08 g; Ca: 792.11 mg; Fe: 18.02 mg; WitA: 3077.56 ug; WitB1: 1.83 mg; WitB2: 2.35 mg; WitC: 177.60 mg; Sól: 17.70 g; Chol.: 225.88 mg; WNNKT: 10.26 g; NKT: 27.62 g;	kcal: 2886.87 kcal; B/o: 96.47 g; B/z: 48.00 g; T: 57.97 g; W/p: 471.80 g; Błonnik: 44.35 g; Ca: 347.81 mg; Fe: 18.29 mg; WitA: 3140.06 ug; WitB1: 1.82 mg; WitB2: 1.53 mg; WitC: 201.42 mg; Sól: 16.52 g; Chol.: 206.48 mg; WNNKT: 10.22 g; NKT: 21.06 g;	kcal: 2768.94 kcal; B/o: 102.57 g; B/z: 53.40 g; T: 60.65 g; W/p: 431.04 g; Błonnik: 42.74 g; Ca: 597.49 mg; Fe: 18.17 mg; WitA: 3160.86 ug; WitB1: 1.86 mg; WitB2: 1.83 mg; WitC: 195.49 mg; Sól: 16.73 g; Chol.: 218.48 mg; WNNKT: 10.24 g; NKT: 22.82 g;

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (Mleko) Miód 25 g Ser biały 50 g (Mleko) Rzodkiewka plastry (og) 80 g Kawa mleczna 250 ml (Gluten, Mleko) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko)	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (Mleko) Miód 25 g Ser biały 50 g (Mleko) Marchewka kostka z fasolką gotowaną (III) 80 g Masło 10 g (Mleko) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Kawa mleczna 250 ml (Gluten, Mleko)	Selerowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler, Gorczyca) Pierś Bianca 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Miód 25 g Marchewka kostka z fasolką gotowaną (III) 80 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Selerowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler, Gorczyca) Ser biały 50 g (Mleko) Pierś Bianca 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Rzodkiewka plastry (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Selerowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler, Gorczyca) Pierś Bianca 2 [Por] x 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Rzodkiewka plastry (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Płatki ryżowe na mleku 250 ml (Mleko) Ser biały 50 g (Mleko) Miód 25 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Marchewka kostka z fasolką gotowaną (III) 80 g Kawa mleczna 250 ml (Gluten, Mleko)	Selerowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler, Gorczyca) Pierś Bianca 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Miód 25 g Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Marchewka kostka z fasolką gotowaną (III) 80 g Herbata b/c 250 ml	Selerowa z płatkami ryżowymi 250 ml (Seler, Gorczyca) Pierś Bianca 50 g (Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja) Ser biały 50 g (Mleko) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Marchewka kostka z fasolką gotowaną (III) 80 g Herbata b/c 250 ml	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko) Kawa mleczna 250 ml (Gluten, Mleko)
	II SN	Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 140 g	Gruszka 150 g	Jabłko pieczone 140 g	Len ziarno 15 g			
Obiad	Grzybowa z makaronem (podgrzybki mr.) (17-B1) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler, Soja) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Salata lodowa z sosem vinegrette (dieta) 80 g (Gorczyca) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Jarzynowa ze śmietaną (84-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Salata lodowa z sosem vinegrette (dieta) 80 g (Gorczyca) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Jarzynowa z bukiem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Salata lodowa z sosem vinegrette (dieta) 80 g (Gorczyca) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Jarzynowa ze śmietaną (84-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Salata lodowa z sosem vinegrette (dieta) 80 g (Gorczyca) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Jarzynowa z bukiem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Salata lodowa z sosem vinegrette (dieta) 80 g (Gorczyca) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Jarzynowa z bukiem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Marchewka mini z wody (III) 100 g Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki 250 ml	Jarzynowa z bukiem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Marchewka mini z wody (III) 100 g Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Jarzynowa z bukiem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Marchewka mini z wody (III) 100 g Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Jarzynowa z bukiem na wywarze (146-B) 250 ml (Seler) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos pomidorowy (III) 100 ml (Gluten, Mleko, Seler) Marchewka mini z wody (III) 100 g Ziemniaki puree 200 g (Mleko) Kompot z mieszanki (7skl) i czarnej porzeczki b/c 250 ml
	PD	Cebularz Mini 50 g	Placek drożdżowy 50 g (Gluten, Jaja, Mleko)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko)	Kisiel truskawkowy 250 g (B)	Placek drożdżowy 50 g (Gluten, Jaja, Mleko)	Jogurt naturalny 150 g (Mleko)		
Kolacja	Budyń śmietankowy 250 ml (Mleko) Pasta mięsna z soczewicą (og) 100 g (Seler) Rukola 20 g Masło 10 g (Mleko) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Herbata 250 ml	Budyń śmietankowy 250 ml (Mleko) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (Seler, Gorczyca) Rukola 20 g Masło 10 g (Mleko) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (Seler, Gorczyca) Rukola 20 g Masło 10 g (Mleko) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (Seler, Gorczyca) Rukola 20 g Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Budyń śmietankowy 250 ml (Mleko) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (Seler, Gorczyca) Salałka z buketu warzyw z dynią i olejem 100 g (Seler) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (Seler, Gorczyca) Salałka z buketu warzyw z dynią i olejem 100 g (Seler) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Koperkowa z ziemniakami 250 ml (Seler) Pasta mięsno-warzywna (III) 100 g (Seler, Gorczyca) Salałka z buketu warzyw z dynią i olejem 100 g (Seler) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami mix z szynką 500 ml (Seler) Herbata 250 ml	
		kcal: 2688.58 kcal; B/o: 120.49 g; B/z: 81.48 g; T: 81.27 g; W/p: 354.85 g; Błonnik: 27.40 g; Ca: 1278.37 mg; Fe: 13.68 mg; WitA: 1165.34 ug; WitB1: 2.53 mg; WitB2: 3.08 mg; WitC: 130.55 mg; Sól: 11.30 g; Chol.: 266.73 mg; WNNKT: 14.08 g; NKT: 31.86 g;	kcal: 2510.32 kcal; B/o: 114.49 g; B/z: 79.67 g; T: 64.25 g; W/p: 353.89 g; Błonnik: 28.64 g; Ca: 1176.85 mg; Fe: 12.43 mg; WitA: 2389.76 ug; WitB1: 2.85 mg; WitB2: 2.73 mg; WitC: 156.48 mg; Sól: 11.14 g; Chol.: 281.23 mg; WNNKT: 9.85 g; NKT: 29.72 g;	kcal: 2279.43 kcal; B/o: 104.02 g; B/z: 65.43 g; T: 60.53 g; W/p: 311.63 g; Błonnik: 34.74 g; Ca: 305.92 mg; Fe: 14.19 mg; WitA: 1517.97 ug; WitB1: 2.78 mg; WitB2: 1.54 mg; WitC: 180.85 mg; Sól: 13.74 g; Chol.: 316.69 mg; WNNKT: 10.90 g; NKT: 24.47 g;	kcal: 2101.47 kcal; B/o: 117.85 g; B/z: 79.62 g; T: 62.17 g; W/p: 245.53 g; Błonnik: 42.92 g; Ca: 641.51 mg; Fe: 16.34 mg; WitA: 1517.97 ug; WitB1: 2.91 mg; WitB2: 2.09 mg; WitC: 186.07 mg; Sól: 13.63 g; Chol.: 308.09 mg; WNNKT: 12.31 g; NKT: 25.23 g;	kcal: 2028.04 kcal; B/o: 110.25 g; B/z: 72.94 g; T: 58.70 g; W/p: 242.19 g; Błonnik: 43.75 g; Ca: 340.43 mg; Fe: 16.75 mg; WitA: 1438.73 ug; WitB1: 2.83 mg; WitB2: 1.63 mg; WitC: 213.85 mg; Sól: 14.11 g; Chol.: 321.35 mg; WNNKT: 12.48 g; NKT: 22.83 g;	kcal: 2603.78 kcal; B/o: 118.35 g; B/z: 79.50 g; T: 64.82 g; W/p: 370.69 g; Błonnik: 31.02 g; Ca: 1193.46 mg; Fe: 12.21 mg; WitA: 4178.06 ug; WitB1: 2.89 mg; WitB2: 2.71 mg; WitC: 171.51 mg; Sól: 11.61 g; Chol.: 277.33 mg; WNNKT: 9.89 g; NKT: 29.56 g;	kcal: 2400.78 kcal; B/o: 108.43 g; B/z: 65.53 g; T: 62.36 g; W/p: 332.02 g; Błonnik: 37.23 g; Ca: 339.07 mg; Fe: 14.03 mg; WitA: 4398.77 ug; WitB1: 2.84 mg; WitB2: 1.54 mg; WitC: 196.43 mg; Sól: 14.24 g; Chol.: 316.69 mg; WNNKT: 10.99 g; NKT: 25.05 g;	kcal: 2234.73 kcal; B/o: 120.85 g; B/z: 79.55 g; T: 61.61 g; W/p: 280.13 g; Błonnik: 36.48 g; Ca: 622.62 mg; Fe: 13.55 mg; WitA: 4382.27 ug; WitB1: 2.89 mg; WitB2: 2.02 mg; WitC: 197.58 mg; Sól: 14.36 g; Chol.: 304.19 mg; WNNKT: 10.60 g; NKT: 25.22 g;

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoreszkowa	ubogoreszkowa bezmleczna	ubogoreszkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona	
2025-09-26 piątek	Śniadanie	Kasza gryczana na mleku 250 ml (<u>Mleko</u>) Twarożek z ogórkiem świeżym i szczypiorkiem (og) 100 g (<u>Mleko</u>) Bułka grahamka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Pomidor 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml	Kasza gryczana na mleku 250 ml (<u>Mleko</u>) Twarożek z czubrycą (III) 100 g (<u>Mleko</u>) Pomidor 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka grahamka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata 250 ml	Grycikowa na wywarze 250 ml (<u>Gluten, Seler, Gorczyca</u>) Jaja gotowane 50 g (<u>Jaja</u>) Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Bułka grahamka 100 g Pomidor 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka grahamka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata 250 ml	Grycikowa na wywarze 250 ml (<u>Gluten, Seler, Gorczyca</u>) Twarożek z ogórkiem świeżym i szczypiorkiem (og) 100 g (<u>Mleko</u>) Pomidor 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka grahamka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata b/c 250 ml	Grycikowa na wywarze 250 ml (<u>Gluten, Seler, Gorczyca</u>) Jaja gotowane 50 g (<u>Jaja</u>) Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Pomidor 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka grahamka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>Gluten, Mleko</u>) Twarożek z czubrycą (III) 100 g (<u>Mleko</u>) Pomidor obrany - bez skóry 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata 250 ml	Grycikowa na wywarze 250 ml (<u>Gluten, Seler, Gorczyca</u>) Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Miód 25 g Pomidor obrany - bez skóry 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata 250 ml	Grycikowa na wywarze 250 ml (<u>Gluten, Seler, Gorczyca</u>) Twarożek z czubrycą (III) 100 g (<u>Mleko</u>) Pomidor obrany - bez skóry 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata b/c 250 ml	Płynna mleczna 500 ml (<u>Gluten, Jaja, Mleko</u>) Herbata 250 ml
	II ŚN	Jabłko pieczone 140 g			Jabłko 140 g		Jabłko pieczone 140 g			Len ziarno 15 g
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami i śmietaną (111-B) 250 ml (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz paraboliczny 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i oleju 100 g Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Selerowo-ziemniaczana na wywarze (169-B) 250 ml (<u>Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz paraboliczny 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i oleju 100 g Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Ogórkowa z ziemniakami i śmietaną (111-B) 250 ml (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz brązowy 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i oleju 100 g Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml	Selerowo-ziemniaczana na wywarze (169-B) 250 ml (<u>Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz brązowy 200 g Surówka z kapusty pekińskiej i oleju 100 g Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml	Selerowo-ziemniaczana na wywarze (169-B) 250 ml (<u>Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz paraboliczny 200 g Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z jabłek i wiśni 250 ml	Selerowo-ziemniaczana na wywarze (169-B) 250 ml (<u>Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz paraboliczny 200 g Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml	Selerowo-ziemniaczana na wywarze (169-B) 250 ml (<u>Seler</u>) Filet z miruny po hawajsku (d) 170 g (<u>Gluten, Ryby, Seler</u>) Ryz paraboliczny 200 g Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z jabłek i wiśni b/c 250 ml	Selerowo-ziemniaczana na wywarze (169-B) 250 ml (<u>Seler</u>) Filet z miruny pieczony w ziołach 70 g (<u>Ryby, Seler</u>) Brokuł mr. z wody (III) 100 g Kompot z jabłek i wiśni 250 ml Kisiel truskawkowy 250 g (<u>Ś</u>)	
	PD	Mus owocowy 100 g			Mus owocowy 180 g	Mus owocowy 100 g			Mus owocowy 180 g	Mus owocowy 100 g
	Kolekcja	Platki jaglane na mleku 250 ml (<u>Mleko</u>) Ser żółty 50 g (<u>Mleko</u>) Ogórek kiszony plastry 80 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>) Herbata 250 ml	Platki jaglane na mleku 250 ml (<u>Mleko</u>) Ser żółty 50 g (<u>Mleko</u>) Ogórek kiszony plastry 80 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>)	Pomidorowa z płatkami jęczmiennymi 250 ml (<u>Gluten, Seler</u>) Ogórek kiszony plastry 80 g Szynka z piersi kurczaka 50 g (<u>Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>) Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami jęczmiennymi 250 ml (<u>Gluten, Seler</u>) Ser żółty 50 g (<u>Mleko</u>) Ogórek kiszony plastry 80 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy (C) 100 g (<u>Gluten</u>)	Pomidorowa z płatkami jęczmiennymi 250 ml (<u>Gluten, Seler</u>) Poledwica sopocka 50 g (<u>Gluten, Soja</u>) Ogórek kiszony plastry 80 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (<u>Gluten</u>) Herbata b/c 250 ml	Platki jaglane na mleku 250 ml (<u>Mleko</u>) Szynka z piersi kurczaka 50 g (<u>Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja</u>) Salatka jarzynowa b/ml (III) 100 g (<u>Jaja, Seler, Gorczyca</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami jęczmiennymi 250 ml (<u>Gluten, Seler</u>) Szynka z piersi kurczaka 50 g (<u>Gluten, Jaja, Mleko, Seler, Gorczyca, Soja</u>) Salatka jarzynowa b/ml (III) 100 g (<u>Jaja, Seler, Gorczyca</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml	Pomidorowa z płatkami jęczmiennymi mix z kurczakiem 500 ml (<u>Gluten, Seler</u>) Herbata 250 ml	
		kcal: 2309.99 kcal; B/o: 98.11 g; B/z: 65.46 g; T: 78.98 g; W/p: 286.09 g; Blonnik: 30.25 g; Ca: 1167.39 mg; Fe: 11.09 mg; WitA: 1879.20 ug; WitB1: 1.29 mg; WitB2: 2.20 mg; WitC: 116.65 mg; Sol: 9.47 g; Chol.: 221.90 mg; WNNKT: 13.07 g; NKT: 33.53 g;	kcal: 2289.73 kcal; B/o: 98.03 g; B/z: 65.64 g; T: 76.92 g; W/p: 285.87 g; Blonnik: 29.97 g; Ca: 1170.77 mg; Fe: 10.97 mg; WitA: 1821.66 ug; WitB1: 1.29 mg; WitB2: 2.22 mg; WitC: 112.47 mg; Sol: 9.49 g; Chol.: 215.70 mg; WNNKT: 12.99 g; NKT: 32.33 g;	kcal: 2177.46 kcal; B/o: 97.69 g; B/z: 61.19 g; T: 64.72 g; W/p: 282.64 g; Blonnik: 35.80 g; Ca: 347.53 mg; Fe: 13.91 mg; WitA: 2162.06 ug; WitB1: 1.44 mg; WitB2: 1.42 mg; WitC: 143.45 mg; Sol: 12.00 g; Chol.: 399.66 mg; WNNKT: 14.36 g; NKT: 20.14 g;	kcal: 2176.69 kcal; B/o: 97.08 g; B/z: 59.98 g; T: 81.61 g; W/p: 242.12 g; Blonnik: 41.35 g; Ca: 644.27 mg; Fe: 13.99 mg; WitA: 2235.18 ug; WitB1: 1.49 mg; WitB2: 1.54 mg; WitC: 140.35 mg; Sol: 11.82 g; Chol.: 243.10 mg; WNNKT: 15.47 g; NKT: 31.44 g;	kcal: 2084.04 kcal; B/o: 99.89 g; B/z: 61.45 g; T: 68.52 g; W/p: 381.23 mg; Fe: 15.55 mg; WitA: 2158.94 ug; WitB1: 1.96 mg; WitB2: 1.46 mg; WitC: 143.45 mg; Sol: 11.66 g; Chol.: 391.34 mg; WNNKT: 15.69 g; NKT: 21.22 g;	kcal: 2350.51 kcal; B/o: 105.52 g; B/z: 69.33 g; T: 66.31 g; W/p: 319.40 g; Blonnik: 25.99 g; Ca: 982.29 mg; Fe: 9.56 mg; WitA: 2294.03 ug; WitB1: 1.17 mg; WitB2: 2.26 mg; WitC: 166.57 mg; Sol: 7.55 g; Chol.: 187.23 mg; WNNKT: 12.13 g; NKT: 21.89 g;	kcal: 2383.46 kcal; B/o: 95.87 g; B/z: 55.27 g; T: 67.93 g; W/p: 331.30 g; Blonnik: 30.51 g; Ca: 325.53 mg; Fe: 12.07 mg; WitA: 2642.81 ug; WitB1: 1.32 mg; WitB2: 1.21 mg; WitC: 190.42 mg; Sol: 10.86 g; Chol.: 222.91 mg; WNNKT: 13.56 g; NKT: 19.70 g;	kcal: 2222.41 kcal; B/o: 103.91 g; B/z: 63.85 g; T: 67.07 g; W/p: 284.79 g; Blonnik: 30.51 g; Ca: 430.62 mg; Fe: 11.60 mg; WitA: 2650.01 ug; WitB1: 1.15 mg; WitB2: 1.56 mg; WitC: 190.27 mg; Sol: 9.82 g; Chol.: 208.43 mg; WNNKT: 13.44 g; NKT: 19.50 g;	kcal: 1446.71 kcal; B/o: 83.83 g; B/z: 64.80 g; T: 49.80 g; W/p: 156.79 g; Blonnik: 17.60 g; Ca: 854.17 mg; Fe: 10.49 mg; WitA: 971.35 ug; WitB1: 0.82 mg; WitB2: 2.00 mg; WitC: 144.34 mg; Sol: 5.02 g; Chol.: 391.90 mg; WNNKT: 10.10 g; NKT: 17.55 g;

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoreszkowa	ubogoreszkowa bezmleczna	ubogoreszkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona
2025-09-27 sobota	Śniadanie	Makaron mini na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Pasztetowa drobiowa 100 g (Gluten, Mleko, Gorczyca, Soja) Bukiet warzyw gotowany (III) 80 g (Seler) Masło 10 g (Mleko) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Herbata 250 ml	Makaron mini na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Mielonka tyrolska 50 g (Gluten, Soja) Miód 25 g Bukiet warzyw gotowany (III) 80 g (Seler) Masło 10 g (Mleko) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Herbata 250 ml	Jarzynowa wiosenna 250 ml (Seler, Gorczyca) Mielonka tyrolska 50 g (Gluten, Soja) Miód 25 g Bukiet warzyw gotowany (III) 80 g (Seler) Masło 10 g (Mleko) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Herbata b/c 250 ml	Jarzynowa wiosenna 250 ml (Seler, Gorczyca) Mielonka tyrolska 50 g (Gluten, Soja) Jaja gotowane 50 g (Jaja) Ogórek świeży plastry 80 g Masło 10 g (Mleko) Chleb słonecznikowy (C) 100 g (Gluten) Herbata b/c 250 ml	Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler) Bukiet warzyw gotowany (III) 80 g (Seler) Masło 10 g (Mleko) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Herbata 250 ml Makaron mini na mleku 250 ml (Gluten, Mleko)	Jarzynowa wiosenna 250 ml (Seler, Gorczyca) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler) Bukiet warzyw gotowany (III) 80 g (Seler) Masło 10 g (Mleko) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Herbata 250 ml	Jarzynowa wiosenna 250 ml (Seler, Gorczyca) Pasta drobiowo-warzywna b/ml (III) 100 g (Seler) Bukiet warzyw gotowany (III) 80 g (Seler) Masło 10 g (Mleko) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Herbata b/c 250 ml	Płynna mleczna 500 ml (Gluten, Jaja, Mleko) Herbata 250 ml
	II ŚN	Jabłko 140 g				Jabłko pieczone 140 g			Len ziarno 15 g
	Obiad	Groszkowa z ziemniakami i śmietaną (126-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler) Szynka wp. pieczona 60 g (Seler, Gorczyca) Sos własny (III) 100 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Kasza jęczmienna 200 g (Gluten) Buraczki podprawiane (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka wp. pieczona 60 g (Seler, Gorczyca) Sos własny (III) 100 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Kasza jęczmienna 200 g (Gluten) Buraczki podprawiane (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Groszkowa z ziemniakami i śmietaną (126-B) 250 ml (Gluten, Mleko, Seler) Szynka wp. pieczona 60 g (Seler, Gorczyca) Salatka z buraka, jabłka i płatków migdałowych (dieta) 100 g Sos własny (III) 100 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Kasza jęczmienna 200 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka wp. pieczona 60 g (Seler, Gorczyca) Salatka z buraka, jabłka i płatków migdałowych (dieta) 100 g Sos własny (III) 100 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Kasza jęczmienna 200 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos własny (III) 100 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Kasza jęczmienna 200 g (Gluten) Buraczki podprawiane (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Pulpet wieprzowy (d) 100 g (Gluten, Jaja) Sos własny (III) 100 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Kasza jęczmienna 200 g (Gluten) Buraczki podprawiane (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) b/c 250 ml	Ziemniaczana na wywarze (152-B) 250 ml (Gluten, Seler, Gorczyca) Szynka wp. gotowana (płynna) 50 g Buraczki podprawiane (III) 100 g (Gluten) Kompot z mieszanki (4 skl.) 250 ml Kisiel wiśniowy 250 g	
	PD	Kefir 250 g (Mleko)	Kisiel wiśniowy 250 g	Kefir 250 g (Mleko)	Kisiel wiśniowy 250 g	Kefir 200 g (Mleko)	Kisiel wiśniowy 250 g	Kefir 200 g (Mleko)	Kefir 250 g (Mleko)
Kolacja	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja) Salatka z selera marynowanego b/ml (d) 100 g (Jaja, Seler, Gorczyca) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Koperkowa z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Soja) Salatka z selera marynowanego b/ml (d) 100 g (Jaja, Seler, Gorczyca) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja) Chleb zwykły 55 g (Gluten) Chleb słonecznikowy 35 g (Gluten) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Koperkowa z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Soja) Salatka z selera marynowanego b/ml (d) 100 g (Jaja, Seler, Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten)	Koperkowa z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Soja) Salatka z selera marynowanego b/ml (d) 100 g (Jaja, Seler, Gorczyca) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml Chleb słonecznikowy 100 g (Gluten)	Płatki owsiane na mleku 250 ml (Gluten, Mleko) Salatka z selera ,brokula b/ml(III) 100 g (Seler, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Koperkowa z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Soja) Salatka z selera ,brokula b/ml(III) 100 g (Seler, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata 250 ml	Koperkowa z płatkami owsianymi 250 ml (Gluten, Seler, Soja) Wędlina szynkowa 50 g (Gluten, Soja) Salatka z selera ,brokula b/ml(III) 100 g (Seler, Soja) Bułka parówka 100 g (Gluten, Soja) Masło 10 g (Mleko) Herbata b/c 250 ml	Koperkowa z płatkami owsianymi mix z szynką 500 ml (Gluten, Seler) Herbata 250 ml	
	kcal: 2784.66 kcal; B/o: 117.21 g; B/z: 79.05 g; T: 111.97 g; W/p: 307.99 g; Błonnik: 37.97 g; Ca: 1171.92 mg; Fe: 21.29 mg; WitA: 3032.00 ug; WitB1: 2.60 mg; WitB2: 3.17 mg; WitC: 141.22 mg; Sól: 8.74 g; Chol.: 424.28 mg; WNNKT: 16.10 g; NKT: 39.77 g;	kcal: 2550.25 kcal; B/o: 112.02 g; B/z: 73.63 g; T: 80.43 g; W/p: 325.59 g; Błonnik: 37.87 g; Ca: 1160.89 mg; Fe: 16.04 mg; WitA: 1198.00 ug; WitB1: 2.58 mg; WitB2: 2.50 mg; WitC: 140.17 mg; Sól: 7.87 g; Chol.: 308.08 mg; WNNKT: 13.81 g; NKT: 28.98 g;	kcal: 2344.39 kcal; B/o: 96.55 g; B/z: 59.38 g; T: 76.81 g; W/p: 296.50 g; Błonnik: 39.34 g; Ca: 332.95 mg; Fe: 16.53 mg; WitA: 1349.14 ug; WitB1: 2.57 mg; WitB2: 2.05 mg; WitC: 142.00 mg; Sól: 10.08 g; Chol.: 509.28 mg; WNNKT: 18.93 g; NKT: 28.54 g;	kcal: 2289.50 kcal; B/o: 113.89 g; B/z: 74.33 g; T: 89.23 g; W/p: 235.55 g; Błonnik: 43.72 g; Ca: 621.22 mg; Fe: 18.82 mg; WitA: 1375.00 ug; WitB1: 2.36 mg; WitB2: 2.05 mg; WitC: 142.00 mg; Sól: 10.08 g; Chol.: 509.28 mg; WNNKT: 18.93 g; NKT: 28.54 g;	kcal: 2210.12 kcal; B/o: 103.17 g; B/z: 65.56 g; T: 86.08 g; W/p: 234.09 g; Błonnik: 42.01 g; Ca: 352.46 mg; Fe: 18.07 mg; WitA: 1275.20 ug; WitB1: 2.39 mg; WitB2: 1.68 mg; WitC: 136.18 mg; Sól: 9.83 g; Chol.: 485.38 mg; WNNKT: 19.58 g; NKT: 25.02 g;	kcal: 2609.65 kcal; B/o: 113.87 g; B/z: 73.52 g; T: 83.69 g; W/p: 334.91 g; Błonnik: 29.67 g; Ca: 1073.81 mg; Fe: 13.61 mg; WitA: 1455.49 ug; WitB1: 2.04 mg; WitB2: 2.25 mg; WitC: 143.05 mg; Sól: 6.72 g; Chol.: 279.84 mg; WNNKT: 15.05 g; NKT: 26.90 g;	kcal: 2441.47 kcal; B/o: 102.83 g; B/z: 61.24 g; T: 79.43 g; W/p: 311.18 g; Błonnik: 33.39 g; Ca: 319.03 mg; Fe: 14.86 mg; WitA: 1694.43 ug; WitB1: 1.96 mg; WitB2: 1.31 mg; WitC: 176.95 mg; Sól: 8.53 g; Chol.: 285.04 mg; WNNKT: 15.72 g; NKT: 21.95 g;	kcal: 2363.47 kcal; B/o: 109.12 g; B/z: 68.04 g; T: 83.22 g; W/p: 277.34 g; Błonnik: 32.85 g; Ca: 514.33 mg; Fe: 14.85 mg; WitA: 1706.43 ug; WitB1: 2.00 mg; WitB2: 1.54 mg; WitC: 171.42 mg; Sól: 8.72 g; Chol.: 301.04 mg; WNNKT: 15.77 g; NKT: 24.29 g;	kcal: 1650.20 kcal; B/o: 98.39 g; B/z: 79.72 g; T: 57.10 g; W/p: 177.91 g; Błonnik: 15.71 g; Ca: 1070.68 mg; Fe: 12.98 mg; WitA: 726.92 ug; WitB1: 2.46 mg; WitB2: 2.22 mg; WitC: 81.00 mg; Sól: 4.06 g; Chol.: 391.20 mg; WNNKT: 9.40 g; NKT: 21.90 g;

	podstawowa	łatwostrawna bogatobiałkowa	łatwostrawna b/mleczna	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów b/ml	ubogoresztkowa	ubogoresztkowa bezmleczna	ubogoresztkowa z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	plynna wzmocniona
2025-09-28 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>Gluten, Mleko</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>) Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Dżem 50 g Ser biały 50 g (<u>Mleko</u>) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Bawarka 250 ml (<u>Mleko</u>)	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml (<u>Seler</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>) Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Dżem 50 g Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Herbata b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml (<u>Seler</u>) Chleb słonecznikowy 100 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Ser biały 50 g (<u>Mleko</u>) Rzodkiew biała (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml (<u>Seler</u>) Chleb słonecznikowy 100 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Szynka biała 100 g (<u>Mleko, Soja</u>) Rzodkiew biała (og) 80 g Herbata b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 250 ml (<u>Gluten, Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Dżem 50 g Ser biały 50 g (<u>Mleko</u>) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Bawarka 250 ml (<u>Mleko</u>)	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml (<u>Seler</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Dżem 50 g Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Herbata b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami 250 ml (<u>Seler</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Szynka biała 50 g (<u>Mleko, Soja</u>) Ser biały 50 g (<u>Mleko</u>) Marchewka mini gotowana (III) 80 g Herbata b/c 250 ml	Płynna mleczna 500 ml (<u>Gluten, Jaja, Mleko</u>) Bawarka 250 ml (<u>Mleko</u>)
		II SN	Śliwki 100 g	Jabłko pieczone 140 g	Śliwki 100 g	Jabłko pieczone 140 g	Len ziarno 15 g		
Obiad	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Sos koperkowy (dieta) 100 ml (<u>Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Kalaflor mr. gotowany z masłem i bułką (dieta) 100 g (<u>Gluten, Mleko</u>) Kompot z wiśni i czarnej porzeczki 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Sos koperkowy (III) 100 g (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Kalaflor mr. gotowany z masłem i bułką (dieta) 100 g (<u>Gluten, Mleko</u>) Kompot z wiśni i czarnej porzeczki 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Sos koperkowy (dieta) 100 ml (<u>Gluten, Mleko, Seler, Gorczyca</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Salata z pomidorem i olejem (d) 100 g Kompot z wiśni i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Sos koperkowy (III) 100 g (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Salata z pomidorem i olejem (d) 100 g Kompot z wiśni i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Jarzynka mr. podprawiana (III) 100 g (<u>Gluten, Seler</u>) Kompot z wiśni i czarnej porzeczki 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Sos koperkowy (III) 100 g (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Jarzynka mr. podprawiana (III) 100 g (<u>Gluten, Seler</u>) Kompot z wiśni i czarnej porzeczki b/c 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Sos koperkowy (III) 100 g (<u>Gluten, Mleko, Seler</u>) Ziemniaki puree 200 g (<u>Mleko</u>) Jarzynka mr. podprawiana (III) 100 g (<u>Gluten, Seler</u>) Kompot z wiśni i czarnej porzeczki 250 ml	Rosół z makaronem domowym (165-A) 250 ml (<u>Gluten, Jaja, Seler</u>) Pulpety z indyka 100 g (<u>Gluten, Jaja</u>) Jarzynka mr. podprawiana (III) 100 g (<u>Gluten, Seler</u>) Kompot z wiśni i czarnej porzeczki 250 ml	
	PD	Sok owocowy b/cukru 200 g				Kisiel jabłkowy 250 g			
Kolejacja	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>Gluten, Mleko</u>) Pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i śmietaną (og) 100 g (<u>Jaja, Mleko</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>Gluten, Mleko</u>) Pasta jajeczna z koperkiem b/ml (d) 100 g (<u>Jaja, Gorczyca</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Chleb zwykły 55 g (<u>Gluten</u>) Chleb słonecznikowy 35 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (<u>Mleko, Seler</u>) Pasta jajeczna z koperkiem b/ml (d) 100 g (<u>Jaja, Gorczyca</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Chleb słonecznikowy 100 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata b/c 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (<u>Mleko, Seler</u>) Pasta jajeczna z koperkiem b/ml (d) 100 g (<u>Jaja, Gorczyca</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Chleb słonecznikowy 100 g (<u>Gluten</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Herbata b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 250 ml (<u>Gluten, Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Poledwica soppocka 50 g (<u>Gluten, Soja</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (<u>Mleko, Seler</u>) Poledwica soppocka 50 g (<u>Gluten, Soja</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (<u>Mleko, Seler</u>) Salatka z buraka i jabłka (III) 100 g Masło 10 g (<u>Mleko</u>) Bułka parówka 100 g (<u>Gluten, Soja</u>) Herbata b/c 250 ml Zupa dyniowa z ziemniakami (nie mixowana) (B) 250 g (<u>Mleko, Seler</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami mix z indykami 500 ml (<u>Mleko, Seler, Gorczyca</u>) Herbata 250 ml	
	kcal: 2380.77 kcal; B/o: 99.68 g; B/z: 66.16 g; T: 65.72 g; W/p: 329.86 g; Błonnik: 35.36 g; Ca: 1190.26 mg; Fe: 14.96 mg; WitA: 3546.11 ug; WitB1: 1.34 mg; WitB2: 2.92 mg; WitC: 199.75 mg; Sól: 10.90 g; Chol.: 601.67 mg; WNNKT: 8.51 g; NKT: 29.82 g;	kcal: 2423.63 kcal; B/o: 98.92 g; B/z: 65.44 g; T: 69.24 g; W/p: 332.72 g; Błonnik: 36.50 g; Ca: 1149.24 mg; Fe: 14.90 mg; WitA: 3470.41 ug; WitB1: 1.33 mg; WitB2: 2.88 mg; WitC: 203.27 mg; Sól: 10.96 g; Chol.: 596.47 mg; WNNKT: 10.18 g; NKT: 28.12 g;	kcal: 2233.15 kcal; B/o: 83.48 g; B/z: 46.88 g; T: 68.82 g; W/p: 299.06 g; Błonnik: 40.82 g; Ca: 395.90 mg; Fe: 16.84 mg; WitA: 4169.09 ug; WitB1: 1.50 mg; WitB2: 2.11 mg; WitC: 228.78 mg; Sól: 12.97 g; Chol.: 617.21 mg; WNNKT: 10.46 g; NKT: 26.52 g;	kcal: 2103.77 kcal; B/o: 95.51 g; B/z: 57.03 g; T: 69.30 g; W/p: 251.71 g; Błonnik: 44.54 g; Ca: 504.37 mg; Fe: 19.06 mg; WitA: 2855.01 ug; WitB1: 1.53 mg; WitB2: 2.11 mg; WitC: 228.78 mg; Sól: 12.93 g; Chol.: 604.75 mg; WNNKT: 13.48 g; NKT: 24.18 g;	kcal: 2108.33 kcal; B/o: 93.93 g; B/z: 54.77 g; T: 71.16 g; W/p: 250.31 g; Błonnik: 44.54 g; Ca: 450.25 mg; Fe: 19.37 mg; WitA: 2858.79 ug; WitB1: 1.70 mg; WitB2: 1.92 mg; WitC: 228.78 mg; Sól: 14.03 g; Chol.: 622.49 mg; WNNKT: 13.62 g; NKT: 25.08 g;	kcal: 2441.09 kcal; B/o: 99.52 g; B/z: 62.24 g; T: 57.55 g; W/p: 365.33 g; Błonnik: 30.83 g; Ca: 1086.85 mg; Fe: 12.10 mg; WitA: 3105.19 ug; WitB1: 1.39 mg; WitB2: 2.25 mg; WitC: 138.24 mg; Sól: 11.85 g; Chol.: 202.39 mg; WNNKT: 8.47 g; NKT: 24.10 g;	kcal: 2249.05 kcal; B/o: 84.34 g; B/z: 43.94 g; T: 56.68 g; W/p: 332.05 g; Błonnik: 35.15 g; Ca: 343.79 mg; Fe: 14.05 mg; WitA: 3797.59 ug; WitB1: 1.56 mg; WitB2: 1.21 mg; WitC: 192.83 mg; Sól: 13.87 g; Chol.: 222.07 mg; WNNKT: 8.76 g; NKT: 22.13 g;	kcal: 2141.75 kcal; B/o: 94.09 g; B/z: 53.84 g; T: 56.83 g; W/p: 295.34 g; Błonnik: 34.75 g; Ca: 385.09 mg; Fe: 14.00 mg; WitA: 3799.59 ug; WitB1: 1.57 mg; WitB2: 1.44 mg; WitC: 187.13 mg; Sól: 13.92 g; Chol.: 223.07 mg; WNNKT: 8.71 g; NKT: 22.26 g;	kcal: 1555.24 kcal; B/o: 79.32 g; B/z: 60.72 g; T: 43.83 g; W/p: 200.21 g; Błonnik: 21.55 g; Ca: 1011.41 mg; Fe: 9.93 mg; WitA: 2221.10 ug; WitB1: 0.86 mg; WitB2: 2.10 mg; WitC: 110.52 mg; Sól: 3.50 g; Chol.: 371.90 mg; WNNKT: 7.40 g; NKT: 17.91 g;

Oznaczenia wskaźników odż.:

*kcal - Wartość energetyczna[kcal],
B/o - Białko ogółem,
B/z - Białko zwierzęce,
T - Tłuszcz,
W/p - Węglowodany przyswajalne,
Sól - Sól,
Ca - Wapń,
Fe - Żelazo,
WitA - Witamina A,
WitB1 - Tiamina,
WitB2 - Ryboflawina,
WitC - Witamina C,
NKT - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
WNNKT - Kwasy tłuszczowe wielonienasycone ogółem,
Chol. - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,*