

		1	2	3	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-09-26 sobota	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Kielbasa szynkowa 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Kartoflanka 400 ml, Zawiera: SEL Kaszotto z mięsem i warzywami 300 g, Zawiera: GLU, SEL Brokuł pieczony 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g, Zawiera: MLE Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02 Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1960 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sód [mg] 2968,9
	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Kielbasa szynkowa 30 g Serek naturalny 50 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Kartoflanka 400 ml Kaszotto z mięsem i warzywami 300 g Brokuł pieczony 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g Polędwica sopocka 20 g Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1960 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 283,8 suma cukrów prostych [g] 39,4 Sól [g] 7,3 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Sód [mg] 2968,9
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z KASZY MANNY 300 ml, Zawiera: GLU Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Kielbasa szynkowa 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Kartoflanka 400 ml, Zawiera: SEL Kaszotto z mięsem i warzywami 300 g, Zawiera: GLU, SEL Brokuł pieczony 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g, Zawiera: MLE Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02 Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1891,3 Białko ogółem [g] 90,8 Tłuszcz [g] 52 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,2 Węglowodany ogółem [g] 285,9 suma cukrów prostych [g] 34 Sól [g] 7,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,6 Sód [mg] 3035,5

2026-09-27 niedziela	Podstawowa	Makaron na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE</u> Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Jarzynowa 400 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> SZYNKA DUSZONA W SOSIE 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>MLE, SEL, GOR</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 013,2 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 286,8 suma cukrów prostych [g] 45,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sód [mg] 3 143,5
	Łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Jarzynowa 400 ml SZYNKA DUSZONA W SOSIE 110 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g Serek naturalny 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 013,2 Białko ogółem [g] 109,2 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 19,3 Węglowodany ogółem [g] 286,8 suma cukrów prostych [g] 45,4 Sól [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Sód [mg] 3 143,5
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z RYŻU 300 ml Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g, Zawiera: <u>MLE</u> Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Szynka gotowana 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u>	Jarzynowa 400 ml, Zawiera: <u>GLU, MLE, SEL</u> SZYNKA DUSZONA W SOSIE 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>MLE, SEL, GOR</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 852,4 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 47,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16 Węglowodany ogółem [g] 273,9 suma cukrów prostych [g] 33,6 Sól [g] 8,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,1 Sód [mg] 3 299,1

2026-09-28 poniedziałek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Zacierkowa 400 ml, Zawiera: GLU, JAJ, SEL PULPET DROBIOWY 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL SOS KOPERKOWY 100 ml, Zawiera: GLU, MLE Kasza jeczmienna 150 g, Zawiera: GLU MARCHEWKA GOTOWANA 200 g, Zawiera: GLU Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g, Zawiera: JAJ, MLE Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 056,6 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 58,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,3 Węglowodany ogółem [g] 309,2 suma cukrów prostych [g] 39,5 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Sód [mg] 3 375,5
	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Zacierkowa 400 ml, Zawiera: GLU, JAJ, SEL PULPET DROBIOWY 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL SOS KOPERKOWY 100 ml, Zawiera: GLU, MLE Kasza jeczmienna 150 g, Zawiera: GLU MARCHEWKA GOTOWANA 200 g, Zawiera: GLU Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Polędwica sopocka 40 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: SO2 Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 996,8 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 52,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 307,7 suma cukrów prostych [g] 38,8 Sól [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Sód [mg] 3 509,1
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z PLATKÓW OWSIANYCH 300 ml, Zawiera: GLU Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Zacierkowa 400 ml, Zawiera: GLU, JAJ, SEL PULPET DROBIOWY 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL SOS KOPERKOWY 100 ml, Zawiera: GLU, MLE Kasza jeczmienna 150 g, Zawiera: GLU Surówka z marchewki i jabłka bez cukru 200 g, Zawiera: MLE Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g, Zawiera: JAJ, MLE Pomidor 50 g Salata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 022,8 Białko ogółem [g] 85,4 Tłuszcz [g] 61 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,8 Węglowodany ogółem [g] 304,1 suma cukrów prostych [g] 34,4 Sól [g] 8,5 Błonnik pokarmowy [g] 41,9 Sód [mg] 3 398,7

2026-09-29 wtorek	Podstawowa	Ryż na mleku 300 ml, Zawiera: MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Twarożek 70 g, Zawiera: MLE Dżem 30 g Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL UDZIEC Z KURCZAKA DUSZONY 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa pieczona 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z kurczaka 80 g, Zawiera: SEL Sałata masłowa 20 g Ogórek kwaszony 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1930 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 55 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 278,6 suma cukrów prostych [g] 52,8 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Sód [mg] 3335,6
	Łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml, Zawiera: MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Twarożek 70 g, Zawiera: MLE Dżem 30 g Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL UDZIEC Z KURCZAKA DUSZONY 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa pieczona 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z kurczaka 80 g, Zawiera: SEL Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1934,6 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 55,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,7 Węglowodany ogółem [g] 279,9 suma cukrów prostych [g] 54,4 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 Sód [mg] 988,5
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z RYŻU 300 ml Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Twarożek 80 g, Zawiera: MLE Połędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR Pomidor 60 g Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Szynka gotowana 30 g, Zawiera: SOJ	POMIDOROWA Z MAKARONEM 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL UDZIEC Z KURCZAKA DUSZONY 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa pieczona 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z kurczaka 80 g, Zawiera: SEL Sałata masłowa 20 g Ogórek kwaszony 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1811,8 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 49,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 265,7 suma cukrów prostych [g] 30,3 Sól [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Sód [mg] 624,4

2026-09-30 środa	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>MLE</u> Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Szpinakowa z ryżem 400 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>SEL</u> Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z buraków i jabłka 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Pasta z tuńczyka z ryżem i wrzywami 80 g, Zawiera: <u>RYB</u>, <u>SEL</u> Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 874,5 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 44,6 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sód [mg] 3 282,8
	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g Serek naturalny 50 g Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Szpinakowa z ryżem 400 ml Gulasz wieprzowy 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z buraków i jabłka 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Pasta z tuńczyka z ryżem i wrzywami 80 g Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 874,5 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,3 Węglowodany ogółem [g] 289,2 suma cukrów prostych [g] 44,6 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Sód [mg] 3 282,8
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z KASZY MANNY 300 ml, Zawiera: <u>GLU</u> Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Szpinakowa z ryżem 400 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u> Gulasz wieprzowy 150 g, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>SEL</u> Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z buraków i jabłka 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Pasta z tuńczyka z ryżem i wrzywami 80 g, Zawiera: <u>RYB</u>, <u>SEL</u> Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>JAJ</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 805,8 Białko ogółem [g] 74,2 Tłuszcz [g] 46,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 13,4 Węglowodany ogółem [g] 291,3 suma cukrów prostych [g] 39,3 Sól [g] 8,3 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 Sód [mg] 3 349,4

2026-10-01 czwartek	Podstawowa	Makaron na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>MLE</u> Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g, Zawiera: <u>JAJ</u>, <u>MLE</u> Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		BARSZCZ BIAŁY 400 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u> Może zawierać: <u>GOR</u>, <u>SEZ</u>, <u>S02</u> SCHAB DUSZONY w sosie 120 g, Zawiera: <u>GLU</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Surówka z kapusty pekińskiej 200 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 029,7 Białko ogółem [g] 97,7 Tłuszcz [g] 64,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,4 Węglowodany ogółem [g] 276,5 suma cukrów prostych [g] 40,6 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Sód [mg] 3 095,1
	Łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>MLE</u> Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Szynka gotowana 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u> Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		BARSZCZ BIAŁY 400 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u> Może zawierać: <u>GOR</u>, <u>SEZ</u>, <u>S02</u> SCHAB DUSZONY w sosie 120 g, Zawiera: <u>GLU</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Brokuł pieczony 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 956,7 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 276,1 suma cukrów prostych [g] 38,9 Sól [g] 7,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Sód [mg] 2 894
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z RYŻU 300 ml Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g, Zawiera: <u>JAJ</u>, <u>MLE</u> Pomidor 50 g Salata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Szynka gotowana 50 g, Zawiera: <u>SOJ</u>	BARSZCZ BIAŁY 400 ml, Zawiera: <u>GLU</u>, <u>SOJ</u>, <u>MLE</u>, <u>SEL</u> Może zawierać: <u>GOR</u>, <u>SEZ</u>, <u>S02</u> SCHAB DUSZONY w sosie 120 g, Zawiera: <u>GLU</u> Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: <u>GLU</u> Surówka z kapusty pekińskiej 200 g, Zawiera: <u>MLE</u> Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: <u>GLU</u> Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: <u>GLU</u> Może zawierać: <u>MLE</u>, <u>SEL</u>, <u>GOR</u> Serek naturalny 50 g, Zawiera: <u>MLE</u> Pomidor 50 g Salata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: <u>MLE</u>	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 884,6 Białko ogółem [g] 93,4 Tłuszcz [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,5 Węglowodany ogółem [g] 262,6 suma cukrów prostych [g] 28,2 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Sód [mg] 3 374,4

2026-10-02 piątek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g, Zawiera: SOJ Ser żółty 20 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		RYŻOWA 400 ml, Zawiera: SEL Miruna panierowana 150 g, Zawiera: GLU, JAJ, RYB Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Twarożek 80 g, Zawiera: MLE Dżem 30 g Salata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 984,1 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 50,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,9 Węglowodany ogółem [g] 296,4 suma cukrów prostych [g] 45,6 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Sód [mg] 3 403
	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		RYŻOWA 400 ml, Zawiera: SEL Miruna pieczona 150 g, Zawiera: RYB Ziemniaki gotowane 200 g SOS GRECKI 200 g, Zawiera: SEL Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Twarożek 80 g, Zawiera: MLE Dżem 30 g Salata masłowa 10 g Pomidor 50 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 992,5 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,5 Węglowodany ogółem [g] 289,8 suma cukrów prostych [g] 51,1 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 27 Sód [mg] 3 197,5
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z PLATKÓW OWSIANYCH 300 ml, Zawiera: GLU Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Mielonka 30 g, Zawiera: SOJ Ser żółty 20 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	RYŻOWA 400 ml, Zawiera: SEL Miruna pieczona 150 g, Zawiera: RYB Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Twarożek 80 g, Zawiera: MLE Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02 Pomidor 60 g Salata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 813,3 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 46,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15 Węglowodany ogółem [g] 271 suma cukrów prostych [g] 29,7 Sól [g] 8,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Sód [mg] 3 533,2

2026-10-03 sobota	Podstawowa	Kasza manna na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Krupnik 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Filet z indyka duszony w sosie 110 g, Zawiera: GLU Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa pieczona 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02	Wartość energ. [kcal] 2 039,8 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 37 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sód [mg] 2 800,8
	Łatwostrawna	Kasza manna na mleku 300 ml Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g Serek naturalny 50 g Sałata masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		Krupnik 400 ml Filet z indyka duszony w sosie 110 g Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa pieczona 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g Margaryna MR 5 g Polędwica sopocka 20 g	Wartość energ. [kcal] 2 039,8 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 57 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,1 Węglowodany ogółem [g] 297,7 suma cukrów prostych [g] 37 Sól [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,7 Sód [mg] 2 800,8
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z KASZY MANNY 300 ml, Zawiera: GLU Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Kiełbasa szynkowa 30 g, Zawiera: SOJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 10 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Krupnik 400 ml, Zawiera: GLU, SEL Filet z indyka duszony w sosie 110 g, Zawiera: GLU Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa pieczona 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Carpaccio z twarogu i buraka 140 g, Zawiera: MLE Szynka gotowana 20 g, Zawiera: SOJ Sałata masłowa 10 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02	Wartość energ. [kcal] 1 992,9 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 53,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 15,6 Węglowodany ogółem [g] 300 suma cukrów prostych [g] 31,7 Sól [g] 7,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Sód [mg] 2 993,3

2026-10-04 niedziela	Podstawowa	Ryż na mleku 300 ml, Zawiera: MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		PEJZANKA 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL PULPET WIEPRZOWY 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL SOS KOPERKOWY 100 ml, Zawiera: GLU, MLE Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: GLU Bukiet warzyw gotowanych 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: GLU Może zawierać: MLE, SEL, GOR Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 959,6 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 279 suma cukrów prostych [g] 45,8 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sód [mg] 3 199,2
	Łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g Polędwica drobiowa 20 g Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		PEJZANKA 400 ml PULPET WIEPRZOWY 120 g SOS KOPERKOWY 100 ml Kasza jęczmienna 150 g Bukiet warzyw gotowanych 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g Serek naturalny 50 g Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 959,6 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 56,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 20,7 Węglowodany ogółem [g] 279 suma cukrów prostych [g] 45,8 Sól [g] 7,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Sód [mg] 3 199,2
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z RYŻU 300 ml Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta twarogowa z natką 80 g, Zawiera: MLE Polędwica drobiowa 20 g, Zawiera: GLU Może zawierać: JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR Pomidor 60 g Sałata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Polędwica sopočka 40 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02	PEJZANKA 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL PULPET WIEPRZOWY 120 g, Zawiera: GLU, JAJ, SEL SOS KOPERKOWY 100 ml, Zawiera: GLU, MLE Kasza jęczmienna 150 g, Zawiera: GLU Bukiet warzyw gotowanych 200 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Kiełbasa krakowska 30 g, Zawiera: GLU Może zawierać: MLE, SEL, GOR Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Sałata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 875,7 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17,6 Węglowodany ogółem [g] 277,5 suma cukrów prostych [g] 34,2 Sól [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Sód [mg] 3 409,2

2026-10-05 poniedziałek	Podstawowa	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasztet wieprzowo-drobie wy 80 g, Zawiera: GLU, JAJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		BARSZCZ CZERWONY 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350 g, Zawiera: GLU, MLE Jabłko 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g, Zawiera: JAJ, MLE Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02	Wartość energ. [kcal] [kcal] 2 045,6 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 18,5 Węglowodany ogółem [g] 303,7 suma cukrów prostych [g] 50,3 Sól [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Sód [mg] 3 066,2
	Łatwostrawna	Płatki owsiane na mleku 300 ml, Zawiera: GLU, MLE Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasztet wieprzowo-drobie wy 80 g, Zawiera: GLU, JAJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml		BARSZCZ CZERWONY 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Makaron ze szpinakiem i twarogiem 350 g, Zawiera: GLU, MLE Jabłko pieczone 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Szynka gotowana 50 g, Zawiera: SOJ Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo pszenne 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 990,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 49,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 17 Węglowodany ogółem [g] 302,3 suma cukrów prostych [g] 49,6 Sól [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Sód [mg] 3 270,5
	Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	KLEIK Z PLATKÓW OWSIANYCH 300 ml, Zawiera: GLU Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasztet wieprzowo-drobie wy 80 g, Zawiera: GLU, JAJ Serek naturalny 50 g, Zawiera: MLE Salata masłowa 20 g Pomidor 60 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Jogurt naturalny 150 g, Zawiera: MLE	BARSZCZ CZERWONY 400 ml, Zawiera: GLU, MLE, SEL Makaron razowy ze szpinakiem i twarogiem 350 g, Zawiera: GLU, MLE Może zawierać: JAJ Jabłko 150 g Kompot z owoców sezonowych bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 110 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 15 g Pasta z jaj z natką 80 g, Zawiera: JAJ, MLE Pomidor 60 g Salata masłowa 20 g Herbata czarna bez cukru 200 ml	Pieczywo razowe 20 g, Zawiera: GLU Margaryna MR 5 g Polędwica sopocka 20 g, Zawiera: GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR Może zawierać: S02	Wartość energ. [kcal] [kcal] 1 966,3 Białko ogółem [g] 91,9 Tłuszcz [g] 51 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 16,6 Węglowodany ogółem [g] 304,9 suma cukrów prostych [g] 44,5 Sól [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Sód [mg] 3 236,1

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne,
ORZ - Orzechy i pochodne,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,