

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-09-21 poniedziałek	D01 podstawowa Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa pieczarkowa zabelana z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) jajko gotowane w sosie chrzanowym (100g+50g) 2 szt (GLUTEN, JAJA) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 258,5 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 112,3 Węglowodany ogółem [g] 239,3 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 14,4 Błonnik pokarmowy [g] 29 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Sód [mg] 2 358,4
	D02 łatwostrawna Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) jajko gotowane w sosie koperkowym (100g+50g) 2 szt (GLUTEN, JAJA) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 383,3 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 312,3 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 13,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,9 Sód [mg] 2 378,2
	D03 cukrzycowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) jajko gotowane w sosie koperkowym (100g+50g) 2 szt (GLUTEN, JAJA) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	połędwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 228,6 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 112,2 Węglowodany ogółem [g] 237,3 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 11,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Sód [mg] 2 654,1
	D05 wątrobowa Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa grysikowa z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) pulpet z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 269,4 Białko ogółem [g] 89,4 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 326,5 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 14 Błonnik pokarmowy [g] 22,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,2 Sód [mg] 2 274

2026-09-22 wtorek	D01 podstawowa Tom	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 200 ml (MLEKO)	Zupa dyniowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) fasolka szparagowa gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 303,2 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 346,8 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 2 140,3
	D02 łatwastrawna Tom	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 200 ml (MLEKO)	Zupa dyniowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 441,7 Białko ogółem [g] 110,6 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 394,6 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 36,1 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Sód [mg] 2 037,9
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 40 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kefir (1szt) 150 ml (MLEKO)	Zupa dyniowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) fasolka szparagowa gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 045,2 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 270,9 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 7,6 Błonnik pokarmowy [g] 31 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,4 Sód [mg] 2 033,1
	D05 wątrobowa Tom	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 200 ml (MLEKO)	Zupa dyniowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 449,3 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 50,7 Węglowodany ogółem [g] 402,7 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 38,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Sód [mg] 2 439,3

2026-09-23 środa	D01 podstawowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy z dod. oleju rzepakowego 100 g (GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 566,8 Białko ogółem [g] 100,4 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 363,3 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 62,9 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,5 Sód [mg] 2 422,4
	D02 łatwostrawna Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy z dod. oleju rzepakowego 100 g (GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 829,3 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 438,2 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 54,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Sód [mg] 2 503,3
	D03 cukrzycowa Tom	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogiem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (GLUTEN, MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy z dod. oleju rzepakowego 100 g (GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 521,5 Białko ogółem [g] 110,2 Tłuszcz [g] 96,7 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Sól [g] 7,5 Sacharoza [g] 35,9 Błonnik pokarmowy [g] 42 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Sód [mg] 3 035,6
	D05 wątrobowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) mus jabłkowy 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku b/c 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 763,5 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 437,3 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 60,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Sód [mg] 2 412,1

2026-09-24 czwartek	D01 podstawowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 30 g pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	wafelek śmietankowy 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet schabowy panierowany smażony 80 g (GLUTEN, JAJA) surówka z białej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	połędwica z warzywami 60 g sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 1 978,5 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 274,2 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 13,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Sód [mg] 1 710,3
	D02 łatwostrawna Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 30 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	wafelek śmietankowy 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	połędwica z warzywami 60 g sałata 20 g pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 204,6 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 339,5 Sól [g] 4,3 Sacharoza [g] 18,3 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Sód [mg] 1 802,2
	D03 cukrzycowa Tom	Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	połędwica z warzywami 60 g sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 1 996 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 86,3 Węglowodany ogółem [g] 228,7 Sól [g] 4,8 Sacharoza [g] 8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,6 Sód [mg] 2 054,6
	D05 wątrobowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 30 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	wafelek śmietankowy 1 szt (GLUTEN, MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	połędwica z warzywami 60 g Jabłko parzone 120 g pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 246 Białko ogółem [g] 91,7 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 349,7 Sól [g] 4,3 Sacharoza [g] 20,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,3 Sód [mg] 1 803,4

2026-09-25 piątek	D01 podstawowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	baton musli 20 g	zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 021,5 Białko ogółem [g] 79,4 Tłuszcz [g] 46,7 Węglowodany ogółem [g] 337 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 14,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1 Sód [mg] 2 050,3
	D02 łatwostrawna Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g salata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton musli 20 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 174,1 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 360,4 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Sód [mg] 2 245,7
	D03 cukrzycowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron pełnoziarnisty z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem, sezamem, siemieniem 30g (1szt) 1 szt (GLUTEN)	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 431,8 Białko ogółem [g] 63,3 Tłuszcz [g] 42,6 Węglowodany ogółem [g] 211,6 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 5,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,2 Sód [mg] 2 380,5

2026-09-25 piątek	D05 wątrobowia Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g salata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton musli 20 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 174,1 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 360,4 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,2 Sód [mg] 2 245,7
	D01 podstawowa Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 70 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) klops gotowany na parze z sosem pieczeniowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z marchewki 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka białnika (drobiowo - wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 429 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 92,1 Węglowodany ogółem [g] 331,6 Sól [g] 6,9 Sacharoza [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,7 Sód [mg] 2 752,4
	D02 łatwastrawna Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 70 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka białnika (drobiowo - wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) salata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 140 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 613 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 67,2 Węglowodany ogółem [g] 425 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 26,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 2 234,7
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka z koperkiem 70 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z marchewki 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka białnika (drobiowo - wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 292,1 Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 83,9 Węglowodany ogółem [g] 304,8 Sól [g] 6,3 Sacharoza [g] 20,7 Błonnik pokarmowy [g] 40,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Sód [mg] 2 517,4

2026-09-26 sobota	D05 wątrobowia Tom	platkí owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 70 g (MLEKO) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowo-warzywny 200 ml	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka bartnika (drobiowo - wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 140 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 655,6 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 435,4 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 2 236,2
	D01 podstawowa Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 50 g Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z buraczków z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	pasztet wieprz.-drob. z blachy 70 g (GLUTEN, SOJA, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 220,6 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 98 Węglowodany ogółem [g] 262,5 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 40,5 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,5 Sód [mg] 1 982,2
	D02 łatwostrawna Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 50 g Jabłko 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA)) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 291,2 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Sód [mg] 2 158,6
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie własnym 130 g surówka z buraczków z dod. oleju rzepakowego 150 g	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (GLUTEN, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 216 Białko ogółem [g] 104,4 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 263,9 Sól [g] 6,7 Sacharoza [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Sód [mg] 2 787

2026-09-27 niedziela	D05 wątrobowia Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 50 g Jabłko 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie własnym 130 g buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ)) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 291,2 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 32,6 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,5 Sód [mg] 2 158,6
----------------------	--------------------	--	--	---	--	--	--