

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-09-14 poniedziałek	D01 podstawowa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) Szynka barwnika (drobiowo - wieprzowa) 20 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) gulasz cygański z mięsem wieprz. i drobiowym i z warzywami(2) 150 g (SELER, GORCZYCA) makaron pełnoziarnisty 200 g (GLUTEN, JAJA) surówka z białej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 751,8 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 140,2 Węglowodany ogółem [g] 302,9 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40 Sód [mg] 2 261,2
	D02 łatwa strawa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka barwnika (drobiowo - wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 470,2 Białko ogółem [g] 90,6 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 362,6 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 29,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Sód [mg] 2 319
	D03 cukrzycowa Tom	Jajko gotowane 50 g (JAJA) Szynka barwnika (drobiowo - wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) makaron pełnoziarnisty 200 g (GLUTEN, JAJA) surówka z białej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) 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] 2 418,1 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 124,7 Węglowodany ogółem [g] 257,9 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 26,5 Błonnik pokarmowy [g] 35,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Sód [mg] 2 248,3
	D05 wątrobowe Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka barwnika (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) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 504,4 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 371,1 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 31,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,8 Sód [mg] 2 316,6

2026-09-15 wtorek	D01 podstawowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 30 g ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 80 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (marchew, pietruszka, seler) 350 g (SELER) sos pomidorowy 50 g (GLUTEN) cukinia gotowana 150 g napoj owocowy malinowy 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 036 Białko ogółem [g] 80,4 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 313,8 Sól [g] 3,8 Sacharoza [g] 39,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 1 713
	D02 łatwostrawna Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 30 g ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo pszenne 80 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (marchew, pietruszka, seler) 350 g (SELER) sos pomidorowy 50 ml (GLUTEN) cukinia gotowana 150 g napoj owocowy malinowy 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 138,6 Białko ogółem [g] 80,5 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 335,8 Sól [g] 3,6 Sacharoza [g] 41 Błonnik pokarmowy [g] 17,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 1 619,8
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek zielony 50 g 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 dyniowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (marchew, pietruszka, seler) 350 g (SELER) sos pomidorowy 50 ml (GLUTEN) cukinia gotowana 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) 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] 1 828,8 Białko ogółem [g] 77 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 280,1 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 2 182,2
	D05 wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 30 g ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) mus jabłkowy 100 g pieczywo pszenne 80 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	zupa dyniowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) risotto z mięsem wieprzowym i warzywami (marchew, pietruszka, seler) 350 g (SELER) sos jarzynowy 50 ml (GLUTEN, SELER) cukinia gotowana 150 g napoj owocowy malinowy 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 253,2 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 58,6 Węglowodany ogółem [g] 361,2 Sól [g] 3,7 Sacharoza [g] 56,6 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32 Sód [mg] 1 647,2

2026-09-16 środa	D01 podstawowa Tom	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton musli 20 g	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko pieczone z kurczaka 130 g surówka z czerwonej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowina 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 922,4 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 262,2 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 7,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 2 120,5
	D02 łatwostrawna Tom	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton musli 20 g	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowina 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 271 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 57,6 Węglowodany ogółem [g] 346 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 14,2 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 2 379
	D03 cukrzycowa Tom	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	baton musli 20 g	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowina 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 831,8 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 223,5 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 6,9 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Sód [mg] 2 374,7
	D05 wątrobowa Tom	kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton musli 20 g	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowina 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Jabiko parzone 120 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 305,1 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 354,5 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 16,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 2 376,6
2026-09-17 czwartek	D01 podstawowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica 'Ani' 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Banan 1 szt 150 g	zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SELER) makaron pełnoziarnisty 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsa wieprzowego z warzywami (marchew, seler, pietruszka) (3) 200 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 452,3 Białko ogółem [g] 107,5 Tłuszcz [g] 89,6 Węglowodany ogółem [g] 320,2 Sól [g] 8,3 Sacharoza [g] 40,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,4 Sód [mg] 3 582,8

2026-09-17 czwartek	D02 łatwostrawna Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica 'Ani' 25 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Banan 1 szt 150 g	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderek 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsa wieprzowego z warzywami (marchew, seler, pietruszka) (3) 200 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 774,5 Białko ogółem [g] 114,5 Tłuszcz [g] 95,1 Węglowodany ogółem [g] 376,1 Sól [g] 7,9 Sacharoza [g] 32,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,2 Sód [mg] 3 277,7
	D03 cukrzycowa Tom	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jajko gotowane 50 g (JAJA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	Jabłko 120 g	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) makaron pełnoziarnisty 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsa wieprzowego z warzywami (marchew, seler, pietruszka) (3) 200 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) papryka świeża 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 267,7 Białko ogółem [g] 102,3 Tłuszcz [g] 84 Węglowodany ogółem [g] 291,5 Sól [g] 8,6 Sacharoza [g] 25,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 3 785,9
	D05 wątrobowia Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Banan 1 szt 150 g	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderek 200 g (GLUTEN, JAJA) pulpet wieprzowo-drobiowy gotowany na parze z sosem jarzynowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 416,9 Białko ogółem [g] 103,2 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 373,2 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 30,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,9 Sód [mg] 2 303,9
2026-09-18 piątek	D01 podstawowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały mielony 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) Filet z miruny panierowany smażony 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka z kiszonej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g (GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	baton musli 20 g	ser żółty (2) 30 g (MLEKO) połędwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 203,3 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 92,4 Węglowodany ogółem [g] 259,6 Sól [g] 6,7 Sacharoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,7 Sód [mg] 2 740,9

2026-09-18 piątek	D02 łatwostrawna Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały mielony 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	baton musli 20 g	połędwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) marmolada owocowa 30 g pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 379,9 Białko ogółem [g] 104,9 Tłuszcz [g] 81 Węglowodany ogółem [g] 319,2 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 16,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Sód [mg] 2 001,3
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały mielony 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka z kiszzonej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g (GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	baton musli 20 g	ser żółty (1) 30 g (MLEKO) połędwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 083,8 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 88,6 Węglowodany ogółem [g] 242,5 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,1 Sód [mg] 2 828,9
	D05 wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały mielony 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 20 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) mus jabłkowy 50 g pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 50 g	połędwica z natką pietruszki (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO) marmolada owocowa 30 g pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 615,7 Białko ogółem [g] 109,5 Tłuszcz [g] 83,4 Węglowodany ogółem [g] 370,4 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 23,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,9 Sód [mg] 2 008
2026-09-19 sobota	D01 podstawowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser żółty (2) 50 g (MLEKO) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Chałka z dżemem i masłem 82% (30g+25g+7g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	kielbasa cienka wieprzowa 70 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ketchup 20 g (SELER, GORCZYCA) sałata liść (10g) 1 Por Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 712,4 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 101,7 Węglowodany ogółem [g] 365 Sól [g] 7,2 Sacharoza [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Sód [mg] 2 893

2026-09-19 sobota	D02 łatwostrawna Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z koperkiem 60 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Chalka z dżemem i masłem 82% (30g+25g+7g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połedwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko 120 g sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 875,6 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 437 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Sód [mg] 2 251,4
	D03 cukrzycowa Tom	szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) ser biały mielony z koperkiem 50 g (MLEKO) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g	połedwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko 120 g sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 970,4 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 71,6 Węglowodany ogółem [g] 263,4 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 31 Błonnik pokarmowy [g] 36,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Sód [mg] 2 281,5
	D05 wątrobowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z koperkiem 60 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem koperkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Chalka z dżemem i masłem 82% (30g+25g+7g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połedwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko parzone 120 g sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 875,6 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 84,9 Węglowodany ogółem [g] 437 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37 Sód [mg] 2 251,4
2026-09-20 niedziela	D01 podstawowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) marmolada owocowa 50 g pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (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 wielowarzynna z dod. oleju rzepakowego (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, cebula) 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	blok drobiowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 122,6 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 266,6 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 50,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,9 Sód [mg] 2 090,1
	D02 łatwostrawna Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) marmolada owocowa 50 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	blok drobiowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 404,1 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 85,9 Węglowodany ogółem [g] 322,9 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 30,7 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,1 Sód [mg] 1 825,1

2026-09-20 niedziela	D03 cukrzykowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, 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 napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka wielowarzywna z dod. oleju rzepakowego (kapusta biała, kapusta czerwona, marchew, cebula) 150 g	kanapka z ciemnego pieczywa z serem żółtym i masłem 82% (30g +25g+5g) 60 g (GLUTEN, MLEKO)	blok drobiowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 315,3 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 95,6 Węglowodany ogółem [g] 272,6 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 32,4 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 49,3 Sód [mg] 2 557,1
	D05 wątrobowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) marmolada owocowa 50 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	blok drobiowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) mus jabłkowy 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 454,6 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 333,8 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 37,9 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 42,6 Sód [mg] 1 822,1