

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-09-07 poniedziałek	D01 podstawowa Tom	platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (2) 50 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) mus jabłkowy 30 g	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (GLUTEN) surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka poledwiczna 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jabłko 120 g sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 550,5 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 343,9 Sól [g] 6,6 Sacharoza [g] 25,3 Błonnik pokarmowy [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,8 Sód [mg] 2 650,6
	D02 łatwa Tom	platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (2) 50 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) mus jabłkowy 30 g	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	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka poledwiczna 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jabłko 120 g sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 699,7 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 364,9 Sól [g] 6,8 Sacharoza [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 29,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,4 Sód [mg] 2 772,3
	D03 cukrzycowa Tom	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser topiony (1) 50 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	twarożek z koperkiem 60 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 10 g (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) surówka z ogórków zielonych z koperkiem 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	szynka poledwiczna 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) 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] 2 222,4 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 99,8 Węglowodany ogółem [g] 254,1 Sól [g] 7,1 Sacharoza [g] 12,8 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 45 Sód [mg] 2 827,9
	D05 wątrobowa Tom	platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) dżemik 25 g kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) mus jabłkowy 30 g	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	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka poledwiczna 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jabłko parzone 120 g sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 611,2 Białko ogółem [g] 92,2 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 379,9 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 29,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,3 Sód [mg] 2 352,1

2026-09-08 wtorek	D01 podstawowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g fasolka po bretońsku z kielbasą cieką (wieprzowa) 300 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	połedwica 'Ani' 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) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 528,9 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 359,4 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 49,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 2 571,3
	D02 łatwastrawna Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem ziołowym 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	połedwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko 120 g salata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 392,6 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 380,9 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Sód [mg] 2 355,4
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem ziołowym 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 200 g	połedwica 'Ani' 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) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 106,8 Białko ogółem [g] 69,1 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 240,8 Sól [g] 4,3 Sacharoza [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Sód [mg] 1 896,6
	D05 wątrobowia Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt salata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa wieprzowego gotowana z sosem ziołowym 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	połedwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko parzone 120 g salata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 453,1 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 400,5 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 55 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 2 186,2

2026-09-09 środa	D01 podstawowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) marmolada owocowa 30 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa owocowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) kasza pęczak 200 g (GLUTEN) schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 161,1 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 64 Węglowodany ogółem [g] 311,6 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Sód [mg] 2 325,7
	D02 latwostrawna Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) marmolada owocowa 30 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 172,3 Białko ogółem [g] 99,6 Tłuszcz [g] 47,9 Węglowodany ogółem [g] 344 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 16,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Sód [mg] 2 287,3
	D03 cukrzycowa Tom	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) 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 (200ml) 1 szt	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza pęczak 200 g (GLUTEN) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica sopocka wieprzowa 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] 1 780,2 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 64,7 Węglowodany ogółem [g] 218,3 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 6,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,4 Sód [mg] 2 266,9
	D05 wątrobowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) szynka złocista (drobiowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) marmolada owocowa 30 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) jarzynka gotowana 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 522,7 Białko ogółem [g] 100,6 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 387,7 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 37,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Sód [mg] 2 406

2026-09-10 czwartek	D01 podstawowa Tom	platki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (1) 50 g (MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	angielka z masłem i dżemem (30g+10g+30g) 65 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	twarożek z koperkiem 70 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 604 Białko ogółem [g] 101,9 Tłuszcz [g] 91,3 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 17,2 Blonnik pokarmowy [g] 37,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Sód [mg] 1 994,7
	D02 łatwastrawna Tom	platk owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) dżemik 25 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	angielka z masłem i dżemem (30g+10g+30g) 65 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) dynia gotowana 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	twarożek z koperkiem 70 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 400,9 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 63,5 Węglowodany ogółem [g] 378 Sól [g] 3,6 Sacharoza [g] 22,7 Blonnik pokarmowy [g] 20,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Sód [mg] 1 472,4
	D03 cukrzycowa Tom	ser topiony (1) 50 g (MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	twarożek z koperkiem 70 g (MLEKO) 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] 2 061,6 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 274,7 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 9,8 Blonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 1 852,9
	D05 wątrobowa Tom	platk owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) dżemik 25 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	angielka z masłem i dżemem (30g+10g+30g) 65 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) dynia gotowana 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (10g) 1 Por Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 399,7 Białko ogółem [g] 85,6 Tłuszcz [g] 62,1 Węglowodany ogółem [g] 386,5 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 24,8 Blonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 1 870,4

2026-09-11 piątek	D01 podstawowa 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) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 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	babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	hummus 50 g (GLUTEN, SOJA, GORCZYCA) szynka poledwicowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 919,3 Białko ogółem [g] 65,7 Tłuszcz [g] 49,5 Węglowodany ogółem [g] 315,8 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 47,5 Błonnik pokarmowy [g] 26 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Sód [mg] 2 283,5
	D02 łatwostrawna Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, 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) herbata 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 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	babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 283,7 Białko ogółem [g] 78,1 Tłuszcz [g] 45,4 Węglowodany ogółem [g] 400,3 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 47,3 Błonnik pokarmowy [g] 18,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Sód [mg] 2 358,6
	D03 cukrzycowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser żółty (1) 50 g (MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 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	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) 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] 1 821 Białko ogółem [g] 73,5 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 267,7 Sól [g] 7,2 Sacharoza [g] 34,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 2 884,4
	D05 wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, 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) herbata 250 ml	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 218,2 Białko ogółem [g] 76 Tłuszcz [g] 45,2 Węglowodany ogółem [g] 385 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 45,7 Błonnik pokarmowy [g] 16 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,7 Sód [mg] 2 332,5

2026-09-12 sobota	D01 podstawowa Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton granola owsiany z czekoladą 40 g	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza pęczak 200 g (GLUTEN) kapusta gotowana z mięsem 300 g (SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 491,5 Białko ogółem [g] 87 Tłuszcz [g] 122,8 Węglowodany ogółem [g] 274,2 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 15,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 44,5 Sód [mg] 2 334,3
	D02 łatwastrawna Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pomidor 50 g sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton granola owsiany z czekoladą 40 g	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka 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] 2 628,2 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 366,5 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 30,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Sód [mg] 2 399,3
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g sałata 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 brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza pęczak 200 g (GLUTEN) klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 213,6 Białko ogółem [g] 92,4 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 269,6 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 17,5 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,3 Sód [mg] 2 430,8
	D05 wątrobowa Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) pomidor sparzony 50 g sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	baton granola owsiany z czekoladą 40 g	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka 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] 2 628,2 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 93,9 Węglowodany ogółem [g] 366,5 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 30,2 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,9 Sód [mg] 2 399,3

2026-09-13 niedziela	D01 podstawowa Tom	ser żółty (2) 25 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2)	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g marchewka gotowana z groszkiem 100 g (GLUTEN, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 479,9 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 96,1 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,8 Sód [mg] 2 490,1
	D02 łatwostrawna Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO)	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 676,6 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Sód [mg] 2 452,1
	D03 cukrzycowa Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml ser żółty (2) 25 g (MLEKO)	pieczywo chrupkie żytnie 2 szt pomarańcza 1/2 szt. 100 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty z dod. oleju rzepakowego 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 007,2 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 238,3 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 11,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38 Sód [mg] 2 133,6
	D05 wątrobowa Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO)	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 676,6 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Sód [mg] 2 452,1