

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-03-30 poniedziałek	podst Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, 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 ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	gruszka 1szt 150 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 121,2 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 74,7 Węglowodany ogółem [g] 299,3 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 24,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6 Sód [mg] 2 555,7
	lekka Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka bartnika 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 łopatkki z warzywami 150 g (SELER) szpinak duszony 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) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 215,4 Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 57,8 Węglowodany ogółem [g] 350 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 23,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 2 317,1
	cukrzycowa Tom	Szynka bartnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (SELER) potrawka z mięsa łopatkki z warzywami 150 g (SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 618,4 Białko ogółem [g] 68,3 Tłuszcz [g] 50,2 Węglowodany ogółem [g] 239,8 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 23,2 Błonnik pokarmowy [g] 32,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,8 Sód [mg] 2 352,4
	wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) Szynka bartnika 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 łopatkki z warzywami 150 g (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Biszkopty 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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] 2 283,3 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 362 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 31,9 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Sód [mg] 2 331,7

2026-03-31 wtorek	podst. Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 20 g ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, 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 ogórkowa z ziemniakami zabieleną 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ryż brązowy 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) Herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 033,8 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 60 Węglowodany ogółem [g] 293,4 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 32,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Sód [mg] 2 312
	lekka Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 20 g ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) jabłko 120 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 brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica '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] 2 334,8 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 352,7 Sól [g] 3,8 Sacharoza [g] 27,3 Błonnik pokarmowy [g] 21,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 1 686,3
	cukrzycowa Tom	ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż brązowy 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 120 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	poledwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 802,1 Białko ogółem [g] 89,6 Tłuszcz [g] 51,7 Węglowodany ogółem [g] 261 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 29,3 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,3 Sód [mg] 2 009,1
	wątrobowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 20 g ser biały krajanka z koperkiem 40 g (MLEKO) jabłko 120 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 brokułowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) mus jabłkowy 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 380,7 Białko ogółem [g] 101,7 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 362,6 Sól [g] 3,8 Sacharoza [g] 34,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Sód [mg] 1 683,3

2026-04-01 środa	podst. Tom	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g kotlet mielony panierowany smażony 80 g (GLUTEN, JAJA) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 250,4 Białko ogółem [g] 85,9 Tłuszcz [g] 90,7 Węglowodany ogółem [g] 287,1 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 12 Błonnik pokarmowy [g] 28,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Sód [mg] 2 166,3
	lekka Tom	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, 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)	ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym 130 g (SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 359,5 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 350 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 18,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Sód [mg] 2 358,9
	cukrzycowa Tom	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym 130 g (SELER) Surówka z kapusty pekińskiej 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 225,8 Białko ogółem [g] 110,4 Tłuszcz [g] 103,6 Węglowodany ogółem [g] 227,4 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 6,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Sód [mg] 2 735,3
	wątrobową Tom	kasza kukurydziana gotowana na mleku 300 ml (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) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem koperkowym 130 g (SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) Jabłko parzone 120 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 402,1 Białko ogółem [g] 106,9 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 360,4 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 20,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Sód [mg] 2 360,3

2026-04-02 czwartek	podst Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 60 g (JAJA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTŃIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 250 ml (MLEKO)	zupa kapuśniak z ziemniakami 450 ml (SELER) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) 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 graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTŃIA) 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 397,7 Białko ogółem [g] 91,5 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 348,9 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 47,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Sód [mg] 2 205,2
	lekka Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 60 g (JAJA) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 250 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) 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 herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 596,5 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 391,2 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 48,8 Błonnik pokarmowy [g] 15,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,4 Sód [mg] 1 881
	cukrzycowa Tom	pasta z jajka z koperkiem 60 g (JAJA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTŃIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	mandarynka 1szt (100g) 100 g	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTŃIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 140,3 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 309,3 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 31,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Sód [mg] 2 225,9
	wątrobowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ogonówka wieprzowa 30 g (SOJA) miód wielokwiatowy 25g 1 szt pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 250 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z ziemniakami 450 ml (GLUTEN, SELER) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) 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) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 536,7 Białko ogółem [g] 88 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 421,3 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 51,3 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Sód [mg] 2 028,3

2026-04-03 piątek	podst Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 60 g (JAJA) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany smażony 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka z kiszzonej kapusty 150 g (GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2230,1 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 270,5 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 14,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,3 Sód [mg] 2 122,4
	lekka Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 70 g (JAJA) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2656,7 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 99,9 Węglowodany ogółem [g] 353,8 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 19,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Sód [mg] 1 982,2
	cukrzycowa Tom	pasta z jajka z koperkiem 50 g (JAJA) ser topiony (2) 50 g (MLEKO) ogórek konserwowy 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka z kiszzonej kapusty 150 g (GORCZYCA) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2128,9 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 98,6 Węglowodany ogółem [g] 243 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 10,9 Błonnik pokarmowy [g] 31,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,8 Sód [mg] 2 486,9
	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 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 Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 150 g (GLUTEN, RYBY, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2234,3 Białko ogółem [g] 101,8 Tłuszcz [g] 65,5 Węglowodany ogółem [g] 323,3 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 18,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30 Sód [mg] 2 199,3

2026-04-04 sobota	poost Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata liść (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jablkowy 200ml 1 szt	zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	ciasteczka 50 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 mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2250,9 Białko ogółem [g] 82,2 Tłuszcz [g] 59 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 20,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Sód [mg] 2 060,8
	leikka Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jablkowy 200ml 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	ciasteczka 50 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 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2409,3 Białko ogółem [g] 82,7 Tłuszcz [g] 59,5 Węglowodany ogółem [g] 395,1 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 21,7 Błonnik pokarmowy [g] 17,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,1 Sód [mg] 2 281,5
	culkrycowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) salata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) mus truskawkowy 100 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 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 graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1890,1 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 239,2 Sól [g] 7,1 Sacharoza [g] 11,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Sód [mg] 3 016,1
	wątrbowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) salata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 450 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2559,3 Białko ogółem [g] 89 Tłuszcz [g] 59,4 Węglowodany ogółem [g] 427,5 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 22,6 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 2 385,5

2026-04-05 niedziela	podst Tom	zupa żurek na zakwasie 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Jajko gotowane 50 g (JAJA) kielbasa biała parzona 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g chrzan 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasto drożdżowe 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	poledwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 275,1 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 86,1 Węglowodany ogółem [g] 284,8 Sól [g] 6,8 Sacharoza [g] 18,1 Błonnik pokarmowy [g] 32,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Sód [mg] 2 818,6
	lekka Tom	zupa żurek na zakwasie 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) dżemik 25 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasto drożdżowe 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) Brokuły gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	poledwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 538,5 Białko ogółem [g] 108,9 Tłuszcz [g] 81,7 Węglowodany ogółem [g] 354,1 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 23,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Sód [mg] 2 888,7
	cukrzycowa Tom	zupa żurek na zakwasie 300 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g chrzan 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	poledwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 110,6 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 80,6 Węglowodany ogółem [g] 255,6 Sól [g] 6,9 Sacharoza [g] 13,4 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,4 Sód [mg] 2 809,3
	wątrobowa Tom	szynka gotowana wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) 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 udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	blok drobiowy 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka jarzynowa z groszkiem 80 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 079,7 Białko ogółem [g] 96,7 Tłuszcz [g] 69,4 Węglowodany ogółem [g] 279,2 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,6 Sód [mg] 2 253,4

2026-04-06 poniedziałek	podst. Tom	szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	babka piaskowa "zebra" 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z kapusty pekińskiej 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 847,8 Białko ogółem [g] 76,1 Tłuszcz [g] 55 Węglowodany ogółem [g] 276,1 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 32,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Sód [mg] 1 901,6
	lekka Tom	marmolada owocowa 30 g Szynka bartenika 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) Jabłko 120 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	babka piaskowa "zebra" 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 091,9 Białko ogółem [g] 82,3 Tłuszcz [g] 42,9 Węglowodany ogółem [g] 356,1 Sól [g] 4,4 Sacharoza [g] 41,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,6 Sód [mg] 1 771,2
	cukrzykowa Tom	ogonówka wieprzowa 60 g (SOJA) marmolada owocowa 30 g szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe bezcukrowe 20 g Jabłko 120 g	zupa pomidorowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z kapusty pekińskiej 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokuła i jajka 150 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 30 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 190,5 Białko ogółem [g] 100,3 Tłuszcz [g] 83,8 Węglowodany ogółem [g] 276,6 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 14,2 Błonnik pokarmowy [g] 36,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,8 Sód [mg] 2 243,1
	wątrobowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	babka piaskowa "zebra" 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa ryżowa z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 037,3 Białko ogółem [g] 78,3 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 324 Sól [g] 4,3 Sacharoza [g] 38,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,5 Sód [mg] 1 735,3

2026-04-07 wtorek	podst Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO)	koktajl jogurtowy z owocami 250 ml (MLEKO)	zupa pieczarkowa zabieleną z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 078,7 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 48,8 Węglowodany ogółem [g] 333,6 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 29,7 Błonnik pokarmowy [g] 36,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,7 Sód [mg] 2 239,7
	lekka Tom	ryż 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 250 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 511,4 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 58,2 Węglowodany ogółem [g] 409 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 32,1 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,2 Sód [mg] 2 337,9
	cukrzykowa Tom	ser biały krajanka z koperkiem 60 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kefir (1szt) 150 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 677,4 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 41,1 Węglowodany ogółem [g] 260,7 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 9 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Sód [mg] 2 454,1
	wątrobowa Tom	ryż 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 250 ml (MLEKO)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica sopočka 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] 2 499,2 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 411,6 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 32,5 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,1 Sód [mg] 2 527,5

2026-04-08 środa	podst 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 fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 634,8 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 90,5 Węglowodany ogółem [g] 373,3 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 58,8 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Sód [mg] 2 674,4
	lekka 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 natką pietruszki 400 ml (SELER) 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	ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 768,4 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 419,1 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 51,7 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Sód [mg] 2 438,5
	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 jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem szpinakowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy pomarańczowy 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) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 299,6 Białko ogółem [g] 98 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 297,6 Sól [g] 7,8 Sacharoza [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,8 Sód [mg] 3 326
	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 natką pietruszki 400 ml (SELER) 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	ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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] 2 821,4 Białko ogółem [g] 97 Tłuszcz [g] 84,1 Węglowodany ogółem [g] 430,6 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 58,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,6 Sód [mg] 2 438,9

2026-04-09 czwartek	podst. 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 PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Galaretka owocowa 150 g (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 czerwonej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	pastą z makreli 70 g (JAJA, RYBY, MLEKO) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 1 988,6 Białko ogółem [g] 84,9 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,3 Sód [mg] 2 064,1
	lekka 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)	Galaretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany mielony 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 120 g pieczywo pszenne 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 2 287 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 358,9 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 25 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Sód [mg] 2 043,7
	cukrzykowa Tom	Jajko gotowane 50 g (JAJA) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany mielony z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	połędwica z warzywami 60 g Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml MASŁO 82% 15 g (MLEKO)	Wartość energetyczna [kcal] 1 777,9 Białko ogółem [g] 91,3 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 238,9 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,1 Sód [mg] 2 286,6
	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)	Galaretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany mielony 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] 2 287 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 59,1 Węglowodany ogółem [g] 358,9 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 28 Błonnik pokarmowy [g] 25 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,2 Sód [mg] 2 043,7

2026-04-10 piątek	podst. 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 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 150 g	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jablko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 127,5 Białko ogółem [g] 76,3 Tłuszcz [g] 72,3 Węglowodany ogółem [g] 309,4 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 18,8 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sód [mg] 1 967,4
	lekka 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 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 150 g	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jablko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 516,7 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 381,3 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 2 178,7
	culkrycowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) salata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron ciemny 200 g (GLUTEN, JAJA) mus truskawkowy 100 g jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 150 g	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jablko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 728,9 Białko ogółem [g] 73,7 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 217,3 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 13,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Sód [mg] 2 365,2

2026-04-10 piątek	wątrobowa 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, SZAM) marmolada owocowa 30 g salata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	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	salatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 150 g	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jablko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 516,7 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 76,5 Węglowodany ogółem [g] 381,3 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 22,2 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 2 178,7
	podst Tom	plátky 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 grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) 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 bartenka 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] 2 484,7 Białko ogółem [g] 92,8 Tłuszcz [g] 82,4 Węglowodany ogółem [g] 364,6 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 26,6 Błonnik pokarmowy [g] 43,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Sód [mg] 2 761,1
	lekka Tom	plátky 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 ziemniaczana z natką pietruszki 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 bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) salata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 140 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 519,8 Białko ogółem [g] 94,9 Tłuszcz [g] 57,1 Węglowodany ogółem [g] 424,3 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 26,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 2 254,3
2026-04-11 sobota	cukrzykowa 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 ziemniaczana z natką pietruszki 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) surówka z marchewki 150 g napój owocowy pomarańczowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka bartenka 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] 2 226,2 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 314,9 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 20,7 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,9 Sód [mg] 2 536,4

2026-04-11 sobota	wątrobowa Tom	plątki 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 ziemniaczana z natką pietruszki 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	chalka z masłem 82 % i miodem(30g+7g+25g) 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka bartenka 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] 2 561,2 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 57,4 Węglowodany ogółem [g] 434,5 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 36,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,2 Sód [mg] 2 255,5
	podst Tom	poledwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 30 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 udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z buraczków 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 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 963,5 Białko ogółem [g] 84,1 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 248,1 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 37,5 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Sód [mg] 1 973,3
2026-04-12 niedziela	lekka Tom	poledwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 30 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 (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 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 099 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 2 151
	cukrzykowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) poledwica 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 (200 ml) 1 szt	zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane w sosie własnym 130 g surówka z buraczków 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 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 055,4 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 84,5 Węglowodany ogółem [g] 239,2 Sól [g] 6,7 Sacharoza [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Sód [mg] 2 779,6

2026-04-12 niedziela	wątrobowa Tom	<p>połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 30 g Jabłko 120 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>zupa zacierka na jarzynach z natką pietruszki (marchewka, pietruszka, seler) 400 ml (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</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)</p>	<p>szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów i sałaty z natką pietruszki 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZÉNNA, mąka ŻYTNIA) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2099 Białko ogółem [g] 90 Tłuszcz [g] 73,1 Węglowodany ogółem [g] 281,3 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31 Sód [mg] 2 151</p>
----------------------	---------------	---	---	--	---	---	--