

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-04-13 poniedziałek	podst Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 50 g (MLEKO) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) 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)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa barszcz biały z ziemniakami zabielanymi 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz cygański z mięsem wieprz. pieczarkami i warzywami (marchewka, seler, pietruszka, ogórek kiszony) 150 g (SELER, GORCZYCA) Surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g 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] 2 517 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 100,4 Węglowodany ogółem [g] 331,1 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 47,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 50,7 Sód [mg] 2 661,2
	lekka Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ryż na sypko 200 g pulpet drobiowy gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 438,4 Białko ogółem [g] 91,6 Tłuszcz [g] 55,8 Węglowodany ogółem [g] 404,4 Sól [g] 7 Sacharoza [g] 24,9 Błonnik pokarmowy [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,6 Sód [mg] 2 824,2
	cukrzycowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) 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	wafle ryżowe bezcukrowe 30 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) pulpet drobiowy gotowany na parze z sosem pomidorowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) Surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 10 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 227,5 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 77,4 Węglowodany ogółem [g] 311,6 Sól [g] 7,7 Sacharoza [g] 33,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 Sód [mg] 3 244,8
	wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) poledwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	sok jabłkowy 200ml 1 szt	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) ryż na sypko 200 g pulpet gotowany na parze z sosem pietruszkowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 461,5 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 409 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 25,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29 Sód [mg] 2 620,2

2026-04-14 wtorek	podst Tom	kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) rzodkiewka 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)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabelana 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g 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] 2 082,4 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 59,8 Węglowodany ogółem [g] 307,3 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 40,1 Błonnik pokarmowy [g] 27,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Sód [mg] 2 545,1
	lekka Tom	kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) Jabłko 120 g 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 brokułowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów i salaty z natką pietruszki 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 634,7 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 398,4 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 44,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Sód [mg] 2 260,3
	cukrzycowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) rzodkiewka 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 150 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa ogórkowa z ryżem zabelana 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Kanapka z jajkiem 55 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów, salaty z fasolą czerwoną z olejem rzepakowym 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 326,8 Białko ogółem [g] 108,4 Tłuszcz [g] 86,2 Węglowodany ogółem [g] 296,5 Sól [g] 7,1 Sacharoza [g] 34,2 Błonnik pokarmowy [g] 35,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35 Sód [mg] 3 044
	wątrobowa Tom	kukurydzianka na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ser biały krajanka z koperkiem 50 g (MLEKO) Jabłko parzone 120 g 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 brokułowa z ryżem 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	wafelek śmietankowy 1 szt	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidorów i salaty z natką pietruszki 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 634,7 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 398,4 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 44,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,6 Sód [mg] 2 260,3

2026-04-15 środa	podst. Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) pieczeń rzymska 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) sałata 20 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)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderk 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	pastą z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 70 g (JAJA, RYBY, MLEKO) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 50 g (SELER, GORCZYCA) 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] 2 397 Białko ogółem [g] 102,4 Tłuszcz [g] 83,5 Węglowodany ogółem [g] 320,5 Sól [g] 6,2 Sacharoza [g] 14,1 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Sód [mg] 2 642,3
	lekka Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) szynka poledwicowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 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)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderk 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	Szynka bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 502,8 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 66,5 Węglowodany ogółem [g] 380,6 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 13,7 Błonnik pokarmowy [g] 16,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Sód [mg] 2 366,7
	cukrzycowa Tom	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata 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 kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron świderk 200 g (GLUTEN, JAJA) sos boloński z mięsem i warzywami (1) 200 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	Szynka bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 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] 1 936 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 248,7 Sól [g] 7,2 Sacharoza [g] 8,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Sód [mg] 2 963,7
	wątrobowa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 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)	zupa koperkowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki 200 g pulpet z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem jarzynowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) warzywa gotowane 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 300,3 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany ogółem [g] 386,6 Sól [g] 7,1 Sacharoza [g] 19,5 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Sód [mg] 2 867,2

2026-04-16 czwartek	podst Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 20 g połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 153,6 Białko ogółem [g] 81,3 Tłuszcz [g] 58 Węglowodany ogółem [g] 339,8 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 36,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Sód [mg] 1 837,2
	lekka Tom	plátky owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) marmolada owocowa 20 g połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (GORCZYCA) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 353,1 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 384,1 Sól [g] 4,1 Sacharoza [g] 38,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Sód [mg] 1 860,4
	cukrzycowa Tom	połędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Kanapka z ciemnego pieczywa z twarogiem i masłem 82%(35g+30g+5g) 60 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	soczek owocowo-warzywny 200 ml	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA)) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 297,9 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 68,1 Węglowodany ogółem [g] 334,8 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 34,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Sód [mg] 2 437,4
	wątrobowa Tom	plátky owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) marmolada owocowa 20 g połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata 20 g pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) pierogi z serem, cukrem i cynamonem 300 g (GLUTEN, MLEKO) Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	sok jabłkowy 200ml 1 szt	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 50 g (GORCZYCA) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 353,1 Białko ogółem [g] 85,7 Tłuszcz [g] 57,3 Węglowodany ogółem [g] 384,1 Sól [g] 4,1 Sacharoza [g] 38,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,3 Sód [mg] 1 860,4

2026-04-17 piątek	podst. Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) pasta z jajka z koperkiem 70 g (JAJA) 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) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	gruszka 1szt 150 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny panierowany smażony 100 g (GLUTEN, JAJA, RYBY) surówka żydowska 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	ser topiony (2) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g 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] 2 316,5 Białko ogółem [g] 85 Tłuszcz [g] 103,4 Węglowodany ogółem [g] 275,8 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 12,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Sód [mg] 2 731,2
	lekka Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	mus owocowo-warzywny w tubce 100 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, 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) 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] 2 244 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 62,2 Węglowodany ogółem [g] 338,6 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 35,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,1 Sód [mg] 2 387,1
	cukrzykowa Tom	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pasta z jajka z koperkiem 70 g (JAJA) 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	wafle ryżowe 30 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka żydowska 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 065,1 Białko ogółem [g] 88,4 Tłuszcz [g] 86,9 Węglowodany ogółem [g] 248,5 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 9,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 2 862,5
	wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) mus jabłkowy 80 g	mus owocowo-warzywny w tubce 100 g	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, 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) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 284,2 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 357,1 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 46,7 Błonnik pokarmowy [g] 23,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 2 387,2

2026-04-18 sobota	podst. Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) poledwica 'Ani' 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (20g) 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) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galaretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa fasolowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops gotowany na parze z sosem pieczeniowym (1) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z kiszonych ogórków i marchewki 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 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 PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 445,4 Białko ogółem [g] 91,1 Tłuszcz [g] 91,2 Węglowodany ogółem [g] 331,7 Sól [g] 8,2 Sacharoza [g] 41,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,3 Sód [mg] 3 747,4
	lekka Tom	poledwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galaretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 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] 2 327,1 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 401 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Sód [mg] 2 466
	cukrzycowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) poledwica 'Ani' 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata 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	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 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 PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 163,9 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Sól [g] 7,5 Sacharoza [g] 10,2 Błonnik pokarmowy [g] 41,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,9 Sód [mg] 3 113,4
	wątrobowa Tom	poledwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g sałata 20 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Galaretka owocowa 150 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z mięsa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Babka piaskowa 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] 2 327,1 Białko ogółem [g] 88,3 Tłuszcz [g] 47,5 Węglowodany ogółem [g] 401 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 44 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,6 Sód [mg] 2 466

2026-04-19 niedziela	podst Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 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)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (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	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 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] 1 931,5 Białko ogółem [g] 93,6 Tłuszcz [g] 63,9 Węglowodany ogółem [g] 257,5 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 25,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Sód [mg] 1 924,5
	lekka Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (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 pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	Szynka bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 555 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 88,3 Węglowodany ogółem [g] 342,4 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 29,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Sód [mg] 2 153
	cukrzykowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) połędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, 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 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Brokuly gotowane 200 g	Szynka bartenka 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata 20 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 832,8 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 64,9 Węglowodany ogółem [g] 231,1 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 16,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Sód [mg] 1 931,6
	wątrobowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) 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)	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (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 pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasteczka 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 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 606,3 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 87,5 Węglowodany ogółem [g] 364,1 Sól [g] 4,9 Sacharoza [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 20,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,2 Sód [mg] 1 971,4

2026-04-20 poniedziałek	podst. Tom	<p>płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)</p> <p>marmolada owocowa 30 g</p> <p>kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2)</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN)</p> <p>pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN)</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER)</p> <p>kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN)</p> <p>gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (GLUTEN))</p> <p>Surówka z kiszonych ogórków 150 g (SELER, GORCZYCA)</p> <p>napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)</p>	<p>galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>Jabłko 120 g</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN)</p> <p>pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN)</p> <p>herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 440,1</p> <p>Białko ogółem [g] 114,8</p> <p>Tłuszcz [g] 73,2</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 347,3</p> <p>Sól [g] 5,7</p> <p>Sacharoza [g] 25</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 34,7</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2</p> <p>Sód [mg] 2 708,9</p>
	lekka Tom	<p>płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)</p> <p>marmolada owocowa 30 g</p> <p>kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2)</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN)</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (SELER)</p> <p>ryż na sypko 200 g</p> <p>potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>szpinak gotowany 150 g (GLUTEN)</p> <p>napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)</p>	<p>galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>Jabłko 120 g</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN)</p> <p>herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 535,1</p> <p>Białko ogółem [g] 112,7</p> <p>Tłuszcz [g] 65,7</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 385,8</p> <p>Sól [g] 4,9</p> <p>Sacharoza [g] 25,1</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 25,2</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6</p> <p>Sód [mg] 1 937</p>
	cukrzykowa Tom	<p>kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2)</p> <p>ser topiony (1) 50 g (MLEKO)</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN)</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>herbata b/c 250 ml</p>	<p>twarożek z koperkiem 60 g (MLEKO)</p> <p>pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN)</p> <p>MASŁO 82% 10 g (MLEKO)</p>	<p>zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER)</p> <p>kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN)</p> <p>potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>Surówka z kiszonych ogórków 150 g (SELER, GORCZYCA)</p> <p>napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>sałatka z pomidorów, salaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 150 g</p>	<p>galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>Jabłko 120 g</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN)</p> <p>herbata b/c 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 708,9</p> <p>Białko ogółem [g] 127,6</p> <p>Tłuszcz [g] 125,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 288,3</p> <p>Sól [g] 7,1</p> <p>Sacharoza [g] 15,7</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 44,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,3</p> <p>Sód [mg] 3 262,7</p>
	wątrobowia Tom	<p>płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)</p> <p>marmolada owocowa 30 g</p> <p>kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2)</p> <p>pomidor 50 g</p> <p>pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN)</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)</p>	<p>rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO)</p>	<p>zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER)</p> <p>ryż na sypko 200 g</p> <p>potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>szpinak gotowany 150 g (GLUTEN)</p> <p>napój owocowy malinowy 250 ml</p>	<p>Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)</p>	<p>galaretka drobiowa z warzywami 150 g (SELER)</p> <p>Jabłko 120 g</p> <p>MASŁO 82% 15 g (MLEKO)</p> <p>pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN)</p> <p>herbata 250 ml</p>	<p>Wartość energetyczna [kcal] 2 510,4</p> <p>Białko ogółem [g] 112,3</p> <p>Tłuszcz [g] 65,9</p> <p>Węglowodany ogółem [g] 380,5</p> <p>Sól [g] 4,9</p> <p>Sacharoza [g] 23,3</p> <p>Błonnik pokarmowy [g] 26,8</p> <p>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,6</p> <p>Sód [mg] 1 964,6</p>

2026-04-21 wtorek	podst 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 cienką (wieprzowa) 300 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	pastą z makreli 70 g (JAJA, RYBY, MLEKO) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) 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] 2 304,5 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 61 Węglowodany ogółem [g] 356,9 Sól [g] 7,1 Sacharoza [g] 45,5 Błonnik pokarmowy [g] 38,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 3 009,1
	lekka 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 gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	poledwica 'Ani' 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] 2 391,4 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 380,7 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Sód [mg] 2 355,2
	cukrzykowa 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 sztuka mięsa gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 200 g (GORCZYCA)	poledwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 674,9 Białko ogółem [g] 77,1 Tłuszcz [g] 53,9 Węglowodany ogółem [g] 237,5 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 24,1 Błonnik pokarmowy [g] 34,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Sód [mg] 2 422,7
	wątrobowa 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 gotowana z sosem koperkowym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 1 Por	poledwica 'Ani' 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] 2 391,4 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 380,7 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Sód [mg] 2 355,2

2026-04-22 środa	podst Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka złociста 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) papryka konserwowa 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) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 50 g (SELER, GORCZYCA) 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] 2 130,9 Białko ogółem [g] 93,8 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 317,6 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 20 Błonnik pokarmowy [g] 30 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sód [mg] 2 821,8
	lekka Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka złociста 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) 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 pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, 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)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 495,7 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 67,4 Węglowodany ogółem [g] 381,4 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 23,3 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,9 Sód [mg] 2 360,7
	ciężka Tom	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka złociста 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) papryka konserwowa 50 g (SELER, GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z selera i jabłka 150 g (SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	sok pomidorowy 200ml 1 szt	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek kiszony 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] 1 852,6 Białko ogółem [g] 97,3 Tłuszcz [g] 63,1 Węglowodany ogółem [g] 239,3 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 31,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Sód [mg] 2 806,6
	wątrobowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) marmolada owocowa 30 g szynka złociста 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) 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 brokułowa 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)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 413,9 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 365,4 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 22,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,7 Sód [mg] 2 317,1

2026-04-23 czwartek	podst Tom	plátky 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 ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	Ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty 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 (20g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 408,4 Białko ogółem [g] 100 Tłuszcz [g] 80,1 Węglowodany ogółem [g] 337,9 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 14,6 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,7 Sód [mg] 1 914,9
	lekka Tom	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) plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)	Ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) 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 (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 526,3 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 390 Sól [g] 3,8 Sacharoza [g] 23,2 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Sód [mg] 1 527,1
	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 ŻYTNIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem słodko-kwaśnym 130 g (GLUTEN, SELER) Surówka z białej kapusty 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 (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 898 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 66,1 Węglowodany ogółem [g] 257,4 Sól [g] 4,5 Sacharoza [g] 11 Błonnik pokarmowy [g] 35 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,7 Sód [mg] 1 800,8
	wątrobowe Tom	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) plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO)	Ciasteczka 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) 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 (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 521,4 Białko ogółem [g] 97,2 Tłuszcz [g] 70,1 Węglowodany ogółem [g] 389,2 Sól [g] 3,8 Sacharoza [g] 23,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,5 Sód [mg] 1 525,6

2026-04-24 piątek	podst Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) 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	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml (GLUTEN, SOJA, SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (20g) 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] 2 079,4 Białko ogółem [g] 82,6 Tłuszcz [g] 47,7 Węglowodany ogółem [g] 344,6 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 22,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,4 Sód [mg] 2 436
	leikka Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 60 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	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	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 (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 236,1 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 48,3 Węglowodany ogółem [g] 378 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 22,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5 Sód [mg] 2 456,7
	culkrzykowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) 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	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 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 200 g	szynka poledwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 572,5 Białko ogółem [g] 60,4 Tłuszcz [g] 52,6 Węglowodany ogółem [g] 227,4 Sól [g] 6,3 Sacharoza [g] 13,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,2 Sód [mg] 2 514,6
	wątrubowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka gotowana wieprzowa 60 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	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 (20g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 246,4 Białko ogółem [g] 83,6 Tłuszcz [g] 48,8 Węglowodany ogółem [g] 377,8 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 22,5 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,8 Sód [mg] 2 336,9

2026-04-25 sobota	podst. Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g 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 ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 398,8 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 101,4 Węglowodany ogółem [g] 308,1 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 20,8 Błonnik pokarmowy [g] 32,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,2 Sód [mg] 2 008,2
	lekka Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) Jabłko 120 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 552,6 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 389,6 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 097,1
	cukrzycowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g 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	sok pomidorowy (200 ml) 1 szt	poledwica sopočka 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 ŻYTNIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 020,4 Białko ogółem [g] 86,1 Tłuszcz [g] 71,3 Węglowodany ogółem [g] 277,1 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 20,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 2 545,5
	wątrobowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) Jabłko 120 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	poledwica sopočka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 552,6 Białko ogółem [g] 87,7 Tłuszcz [g] 78 Węglowodany ogółem [g] 389,6 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,2 Sód [mg] 2 097,1

2026-04-26 niedziela	podst Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (20g) 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)	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 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 50 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] 2 180,1 Białko ogółem [g] 94,5 Tłuszcz [g] 76,8 Węglowodany ogółem [g] 293,1 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 19,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,4 Sód [mg] 2 361,2
	lekka Tom	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, 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 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 560,5 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 354,6 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Sód [mg] 2 393,5
	cukrzycowa Tom	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	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) surówka z czerwonej kapusty 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 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 871,2 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 275,7 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 23,7 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2 Sód [mg] 2 076,7
	wątrobowa Tom	szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, 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 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 560,5 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 89,4 Węglowodany ogółem [g] 354,6 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 33,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7 Sód [mg] 2 393,5