

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-06-15 poniedziałek	D01 podstawowa Tom	platkі owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) kasza gryczana 200 g ( <b>GLUTEN, SELER, SO2, LUBIN</b> ) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) Surówka z kiszonych ogórków 150 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 352</b> <b>Białko ogółem [g] 94,9</b> <b>Tłuszcz [g] 72,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 346,1</b> <b>Sól [g] 6,7</b> <b>Sacharoza [g] 24,7</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35</b> <b>Sód [mg] 3 097,4</b>
	D02 łatwastrawna Tom	platkі owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml ( <b>SELER</b> ) kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g ( <b>SELER</b> ) szpinak gotowany 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 471,6</b> <b>Białko ogółem [g] 92</b> <b>Tłuszcz [g] 76,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 368,7</b> <b>Sól [g] 5,8</b> <b>Sacharoza [g] 23,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3</b> <b>Sód [mg] 2 351,2</b>
	D03 cukrzykowa Tom	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) ser topiony (1) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 110 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	twarożek z koperkiem 60 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 50 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 10 g ( <b>MLEKO</b> )	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml ( <b>SELER</b> ) kasza gryczana 200 g ( <b>GLUTEN, SELER, SO2, LUBIN</b> ) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g ( <b>SELER</b> ) Surówka z kiszonych ogórków 150 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 150 g	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 506,9</b> <b>Białko ogółem [g] 102</b> <b>Tłuszcz [g] 125,1</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 263,8</b> <b>Sól [g] 8,1</b> <b>Sacharoza [g] 12</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 42,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,1</b> <b>Sód [mg] 3 665,5</b>
	D05 wątrobowa Tom	platkі owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml ( <b>SELER</b> ) kasza jęczmienna 200 g ( <b>GLUTEN</b> ) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g ( <b>SELER</b> ) szpinak gotowany 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt ( <b>MLEKO</b> )	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 471,6</b> <b>Białko ogółem [g] 92</b> <b>Tłuszcz [g] 76,2</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 368,7</b> <b>Sól [g] 5,8</b> <b>Sacharoza [g] 23,2</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 28,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,3</b> <b>Sód [mg] 2 351,2</b>

2026-06-16 wtorek	D01 podstawowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g fasolka po bretońsku z kielbasą cienką (wieprzowa) 300 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	poledwica 'Ani' 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 208</b> Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 354 Sól [g] 6,5 Sacharoza [g] 45,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,8 Sód [mg] 2 915,1
	D02 łatwostrawna Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) buraczki gotowane 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	poledwica 'Ani' 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 391,4</b> Białko ogółem [g] 91,2 Tłuszcz [g] 60,9 Węglowodany ogółem [g] 380,7 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 54,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,2 Sód [mg] 2 355,1
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 20 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	poledwica 'Ani' 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 665,6</b> Białko ogółem [g] 75,8 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 236,3 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 24,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Sód [mg] 2 420
	D05 wątrobowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g ( <b>MLEKO</b> ) miód wielokwiatowy 25g 1 szt salata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) buraczki gotowane 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	poledwica 'Ani' 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 451,9</b> Białko ogółem [g] 88,1 Tłuszcz [g] 60,2 Węglowodany ogółem [g] 400,3 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 55 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,9 Sód [mg] 2 185,9

2026-06-17 środa	D01 podstawowa Tom	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g szynka złocista 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) papryka konserwowa 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) sałata z maślanką 150 g ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	pastą z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 70 g ( <b>JAJA, RYBY, MLEKO</b> ) ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 081,8</b> Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 310 Sól [g] 7,3 Sacharoza [g] 16,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,7 Sód [mg] 3 059,3
	D02 łatwostrawna Tom	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g szynka złocista 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) sałata z maślanką 150 g ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	poledwica sopočka wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 220</b> Białko ogółem [g] 100,9 Tłuszcz [g] 47,8 Węglowodany ogółem [g] 356,1 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 18,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,6 Sód [mg] 2 236,8
	D03 cukrzycowa Tom	Jajko gotowane 50 g ( <b>JAJA</b> ) szynka złocista 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) papryka konserwowa 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	wafle ryżowe 30 g sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa pomidorowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) sałata z maślanką 150 g ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	poledwica sopočka wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) ogórek kiszony 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 797,5</b> Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 49 Węglowodany ogółem [g] 256,4 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 8,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,1 Sód [mg] 2 706,9
	D05 wątrobowa Tom	ryż na mleku 300 ml ( <b>MLEKO</b> ) marmolada owocowa 30 g szynka złocista 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) sałata z maślanką 150 g ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	poledwica sopočka wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 341,5</b> Białko ogółem [g] 99,8 Tłuszcz [g] 54,8 Węglowodany ogółem [g] 372,1 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,9 Sód [mg] 2 198,2

2026-06-18 czwartek	D01 podstawowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser topiony (1) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ciasteczka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g ( <b>GLUTEN, JAJA, GORCZYCA</b> )	twarożek z koperkiem 70 g ( <b>MLEKO</b> ) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 484,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 103,8 <b>Tłuszcz [g]</b> 82,9 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 349,8 <b>Sól [g]</b> 4,6 <b>Sacharoza [g]</b> 18,7 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37,6 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 41 <b>Sód [mg]</b> 1 904,6
	D02 łatwastrawna Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) dżemik 25 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ciasteczka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLEKO, SELER</b> ) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) marchewka gotowana 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g ( <b>GLUTEN, JAJA, GORCZYCA</b> )	twarożek z koperkiem 70 g ( <b>MLEKO</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 574,7 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,3 <b>Tłuszcz [g]</b> 74,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 392,1 <b>Sól [g]</b> 3,7 <b>Sacharoza [g]</b> 26,1 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 26 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,7 <b>Sód [mg]</b> 1 530,6
	D03 cukrzycowa Tom	ser topiony (1) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) Surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g ( <b>GLUTEN, JAJA, GORCZYCA</b> )	twarożek z koperkiem 70 g ( <b>MLEKO</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 020,4 <b>Białko ogółem [g]</b> 94,1 <b>Tłuszcz [g]</b> 65,7 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 281,8 <b>Sól [g]</b> 4,6 <b>Sacharoza [g]</b> 9,9 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 37 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 32,9 <b>Sód [mg]</b> 1 845,9
	D05 wątrobowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA</b> ) dżemik 25 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> )	ciasteczka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa szpinakowa z ziemniakami 400 ml ( <b>MLEKO, SELER</b> ) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) marchewka gotowana 150 g ( <b>GLUTEN</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g ( <b>GLUTEN, JAJA, GORCZYCA</b> )	twarożek z koperkiem 70 g ( <b>MLEKO</b> ) sałata liść (10g) 1 Por Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 100 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal]</b> 2 618,5 <b>Białko ogółem [g]</b> 97,6 <b>Tłuszcz [g]</b> 75 <b>Węglowodany ogółem [g]</b> 402,7 <b>Sól [g]</b> 3,8 <b>Sacharoza [g]</b> 28,2 <b>Błonnik pokarmowy [g]</b> 27,8 <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g]</b> 35,7 <b>Sód [mg]</b> 1 532,3

2026-06-19 piątek	D01 podstawowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa grochowa z ziemniakami (SELER, mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 400 ml ( <b>GLUTEN, SOJA, SELER</b> ) makaron pełnoziarnisty z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 907,4</b> <b>Białko ogółem [g] 75,9</b> <b>Tłuszcz [g] 46,7</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 310,1</b> <b>Sól [g] 6,1</b> <b>Sacharoza [g] 21,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,8</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,1</b> <b>Sód [mg] 2 434</b>
	D02 łatwostrawna Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 236</b> <b>Białko ogółem [g] 82</b> <b>Tłuszcz [g] 48,3</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 378</b> <b>Sól [g] 6</b> <b>Sacharoza [g] 22,5</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23,5</b> <b>Sód [mg] 2 456,7</b>
	D03 cukrzycowa Tom	szynka konserwowa wieprzowa 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) ogórek konserwowy 50 g ( <b>SELER, GORCZYCA</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	kefir (1szt) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) makaron pełnoziarnisty z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 614,3</b> <b>Białko ogółem [g] 63,4</b> <b>Tłuszcz [g] 48,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 245,4</b> <b>Sól [g] 6,3</b> <b>Sacharoza [g] 9,8</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 27,4</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9</b> <b>Sód [mg] 2 533,5</b>
	D05 wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) miód wielokwiatowy 25g 1 szt pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml ( <b>MLEKO</b> )	zupa solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> ) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	szynka poledwicowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2</b> ) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 258,2</b> <b>Białko ogółem [g] 72,6</b> <b>Tłuszcz [g] 46,4</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 397,1</b> <b>Sól [g] 4,7</b> <b>Sacharoza [g] 23</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 18,1</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,8</b> <b>Sód [mg] 1 945,8</b>

2026-06-20 sobota	D01 podstawowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g kapusta gotowana z mięsem 300 g ( <b>SELER</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 461</b> Białko ogółem [g] 79,8 Tłuszcz [g] 106,5 Węglowodany ogółem [g] 311,8 Sól [g] 5,1 Sacharoza [g] 20,7 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,3 Sód [mg] 2 008,3
	D02 łatwostrawna Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) Jabłko 120 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) buraczki gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	poledwica sopočka wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 614,7</b> Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 393,2 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Sód [mg] 2 097,2
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g ( <b>MLEKO</b> ) szynka konserwowa wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM</b> ) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) Surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml ( <b>MLEKO</b> )	poledwica sopočka wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 082,5</b> Białko ogółem [g] 86,6 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 280,8 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 20,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Sód [mg] 2 545,6
	D05 wątrobowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g ( <b>MLEKO</b> ) Jabłko parzone 120 g pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) herbata 250 ml	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g klops z mięsa drobiowego gotowany na parze z sosem jarzynowym (marchewka, seler, pietruszka) 80 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) buraczki gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chałka z dżemem (30g+25g) 60 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	poledwica sopočka wieprzowa 50 g ( <b>GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 614,7</b> Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 82,9 Węglowodany ogółem [g] 393,2 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 35,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,5 Sód [mg] 2 097,2

2026-06-21 niedziela	D01 podstawowa Tom	ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) kawa zbożowa na mleku 200 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) szynka złocista (drobiowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> )	Ciasteczka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, JAJA, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty 150 g marchewka gotowana z groszkiem 100 g ( <b>GLUTEN, GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	poledwica drobiowa z wieprzowiną 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g ( <b>GLUTEN</b> ) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 418,5</b> <b>Białko ogółem [g] 97,6</b> <b>Tłuszcz [g] 89,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 322,4</b> <b>Sól [g] 6,1</b> <b>Sacharoza [g] 29,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 33,6</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40</b> <b>Sód [mg] 2 453,3</b>
	D02 łatwostrawna Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> )	Ciasteczka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) marchewka gotowana z groszkiem 150 g ( <b>GLUTEN, GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	poledwica drobiowa z wieprzowiną 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 560,4</b> <b>Białko ogółem [g] 95,7</b> <b>Tłuszcz [g] 89,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 354,5</b> <b>Sól [g] 6</b> <b>Sacharoza [g] 33,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7</b> <b>Sód [mg] 2 393,5</b>
	D03 cukrzycowa Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> )	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	poledwica drobiowa z wieprzowiną 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata b/c 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 1 871,2</b> <b>Białko ogółem [g] 81,9</b> <b>Tłuszcz [g] 56,6</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 275,7</b> <b>Sól [g] 5,2</b> <b>Sacharoza [g] 23,6</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 34,3</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,2</b> <b>Sód [mg] 2 076,6</b>
	D05 wątrobowa Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2</b> ) MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) salata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) kawa zbożowa na mleku 250 ml ( <b>GLUTEN, MLEKO</b> ) ser żółty (2) 25 g ( <b>MLEKO</b> )	Ciasteczka 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, MLEKO</b> )	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g ( <b>GLUTEN, SELER</b> ) marchewka gotowana z groszkiem 150 g ( <b>GLUTEN, GORCZYCA</b> ) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	poledwica drobiowa z wieprzowiną 50 g ( <b>GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA</b> ) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g ( <b>MLEKO</b> ) pieczywo pszenne 130 g ( <b>GLUTEN</b> ) herbata 250 ml	<b>Wartość energetyczna [kcal] 2 560,4</b> <b>Białko ogółem [g] 95,7</b> <b>Tłuszcz [g] 89,5</b> <b>Węglowodany ogółem [g] 354,5</b> <b>Sól [g] 6</b> <b>Sacharoza [g] 33,4</b> <b>Błonnik pokarmowy [g] 21,7</b> <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,7</b> <b>Sód [mg] 2 393,5</b>