

		1	2	3	4	5	7
		Śniadanie	II Ś	Obiad	P	Kolacja	SUMA
2026-07-06 poniedziałek	D01 podstawowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 50 g (MLEKO) ogórek zielony 50 g 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 jabłkowy 200ml 1 szt	zupa barszcz biał z ziemniakami zabielań 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	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek zielony 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] 2 391,3 Białko ogółem [g] 85,2 Tłuszcz [g] 89,1 Węglowodany ogółem [g] 326,2 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 47,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,9 Sód [mg] 2 304,7
	D02 łatwostrawna Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica 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 potrawka z mięsa łopatk z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 424,2 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 50,6 Węglowodany ogółem [g] 410,3 Sól [g] 6,3 Sacharoza [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Sód [mg] 2 546,4
	D03 cukrzycowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, 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) potrawka z mięsa łopatk z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (SELER) Surówka wielowarzywna 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jajko gotowane 50 g (JAJA) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 10 g (MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 244,2 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 80,4 Węglowodany ogółem [g] 295,5 Sól [g] 7,4 Sacharoza [g] 34,7 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41 Sód [mg] 2 960,5

2026-07-06 poniedziałek	D05 wątrobowia Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) połędwica 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 potrawka z mięsa łopatki z warzywami (marchew, pietruszka, seler) 150 g (SELER) szpinak duszony 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 424,2 Białko ogółem [g] 94,4 Tłuszcz [g] 50,6 Węglowodany ogółem [g] 410,3 Sól [g] 6,3 Sacharoza [g] 40,4 Błonnik pokarmowy [g] 24,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26 Sód [mg] 2 546,4
	D01 podstawowa 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)	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa ogórkowa z ryżem zabieleną 400 ml (MLEKO, SELER, GORCZYCA) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem pieczarkowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	arbuz 150 g	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 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] 2 034,6 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 55,2 Węglowodany ogółem [g] 302,7 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 34,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,6 Sód [mg] 2 529,7
2026-07-07 wtorek	D02 łatwostrawna 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)	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa brokułowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	arbuz 150 g	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 356,7 Białko ogółem [g] 103,3 Tłuszcz [g] 56,8 Węglowodany ogółem [g] 367,9 Sól [g] 5,6 Sacharoza [g] 37,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Sód [mg] 2 216,5

2026-07-07 wtorek	D03 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	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa ogórkowa z ryżem zabiłana 400 ml (MLEKO, SELER, GORCZYCA) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z kefirem naturalnym 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) ogórek zielony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 065,5 Białko ogółem [g] 96,9 Tłuszcz [g] 68,4 Węglowodany ogółem [g] 280,9 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 33,2 Błonnik pokarmowy [g] 31,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,8 Sód [mg] 2 744,2
	D05 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)	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa brokułowa z ryżem 400 ml (SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) warzywa gotowane (marchew, pietruszka, seler) 150 g (GLUTEN, SELER) napój owocowy malinowy 250 ml	arbuz 150 g	Kielbasa słoneczna (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) marmolada owocowa 20 g pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 150 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 384,1 Białko ogółem [g] 99,5 Tłuszcz [g] 52,4 Węglowodany ogółem [g] 391,6 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 45,8 Błonnik pokarmowy [g] 25,6 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 2 150,4
2026-07-08 środa	D01 podstawowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser żółty (1) 30 g (MLEKO) pieczeń rzymska 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron pełnoziarnisty 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)	pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 70 g (JAJA, RYBY, MLEKO) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 469,3 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 109,3 Węglowodany ogółem [g] 286,2 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 13,5 Błonnik pokarmowy [g] 22 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,5 Sód [mg] 2 404,5

2026-07-08 środa	D02 łatwostrawna Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 30 g (MLEKO) szynka polędwiczowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por 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 świderki 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 (drobiowo-wieprzowa) 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] 2 501,6 Białko ogółem [g] 103,9 Tłuszcz [g] 66,4 Węglowodany ogółem [g] 380,3 Sól [g] 5,9 Sacharoza [g] 13,7 Błonnik pokarmowy [g] 16,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 29,8 Sód [mg] 2 366,4
	D03 cukrzycowa Tom	ser żółty (1) 50 g (MLEKO) szynka polędwiczowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa kalafiorowa z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron pełnoziarnisty 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 (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTNIĄ) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 008,3 Białko ogółem [g] 90,4 Tłuszcz [g] 93,2 Węglowodany ogółem [g] 214,5 Sól [g] 6,9 Sacharoza [g] 7,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 2 725,8
	D05 wątrobowa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka polędwiczowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por 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) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	Szynka bartenka (drobiowo - wieprzowa) 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] 2 407,7 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 50,9 Węglowodany ogółem [g] 404,5 Sól [g] 7,2 Sacharoza [g] 18 Błonnik pokarmowy [g] 25,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,1 Sód [mg] 2 893,2

2026-07-09 czwartek	D01 podstawowa Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) marmolada owocowa 20 g polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 300 ml (SELER) 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	polędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 100 g (GORCZYCA) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 100,3 Białko ogółem [g] 79,6 Tłuszcz [g] 57,7 Węglowodany ogółem [g] 327,3 Sól [g] 3,9 Sacharoza [g] 35,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,4 Sód [mg] 1 811,5
	D02 latwostrawna Tom	platkı owsiane na wywarze z jarzyn 300 ml (GLUTEN, SELER) marmolada owocowa 20 g polędwica sopocka wieprzowa 30 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) 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	polędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 100 g (GORCZYCA) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 316,2 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 57,2 Węglowodany ogółem [g] 376,1 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Sód [mg] 1 826,2
	D03 cukrzycowa Tom	polędwica sopocka wieprzowa 80 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 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 z fasolką szparagową 400 ml (SELER) 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	polędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałatka z brokuła, pomidora, groszku i kukurydzy 100 g (GORCZYCA) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 261 Białko ogółem [g] 99,3 Tłuszcz [g] 68 Węglowodany ogółem [g] 326,8 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 33,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 32,4 Sód [mg] 2 403,2

2026-07-09 czwartek	D05 wątrobowa Tom	platkı 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 liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami z fasolką szparagową 400 ml (SELER) 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 100 g (GORCZYCA) pieczywo pszenne 110 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 316,2 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 57,2 Węglowodany ogółem [g] 376,1 Sól [g] 4 Sacharoza [g] 38,2 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,4 Sód [mg] 1 826,2
	D01 podstawowa 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)	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	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 żydowska (kapusta biała, marchew, cebula, kukurydza konserwowa, papryka konserwowa) 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 100 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] 2 430,3 Białko ogółem [g] 87,2 Tłuszcz [g] 108,5 Węglowodany ogółem [g] 290,2 Sól [g] 6,6 Sacharoza [g] 34,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,1 Sód [mg] 2 771,9
2026-07-10 piątek	D02 łatwostrawna 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 liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	mus owocowo-warzywny w tubce (100g) 1 szt	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, 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 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 300,5 Białko ogółem [g] 94,7 Tłuszcz [g] 67,3 Węglowodany ogółem [g] 340,7 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 35,3 Błonnik pokarmowy [g] 23 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,5 Sód [mg] 2 392,2

2026-07-10 piątek	D03 cukrzycowa 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 z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g Filet z miruny gotowany w jarzynach po grecku 100 g (GLUTEN, RYBY, SELER) surówka żydowska (kapusta biała, marchew, cebula, kukurydza konserwowa, papryka konserwowa) 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 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 121 Białko ogółem [g] 89,2 Tłuszcz [g] 92 Węglowodany ogółem [g] 250,7 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 10 Błonnik pokarmowy [g] 33 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,8 Sód [mg] 2 867,5
	D05 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 (100g) 1 szt	zupa krupnik z kaszą jęczmienną z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, 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] 2 285,9 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 357,4 Sól [g] 5,7 Sacharoza [g] 46,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 28,7 Sód [mg] 2 387,6
2026-07-11 sobota	D01 podstawowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica '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)	Galaretki 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 buraczków 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) 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] 2 407 Białko ogółem [g] 90,2 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 331,3 Sól [g] 7,3 Sacharoza [g] 49 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,8 Sód [mg] 3 078,4

2026-07-11 sobota	D02 łatwostrawna Tom	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g sałata liść (10g) 1 Por 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 i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) 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) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 416,2 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 381,8 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sód [mg] 2 404
	D03 cukrzycowa Tom	ser żółty (2) 50 g (MLEKO) połędwica 'Ani' 30 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy 200 ml	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) surówka z buraczków 150 g 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] 2 281,7 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 88,7 Węglowodany ogółem [g] 293,8 Sól [g] 7,3 Sacharoza [g] 28,7 Błonnik pokarmowy [g] 37 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,3 Sód [mg] 3 033,9
	D05 wątrobowa Tom	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) marmolada owocowa 30 g sałata liść (10g) 1 Por 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 i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) klops z miesa mieszanego gotowany na parze z sosem potrawkowym 80 g (GLUTEN, JAJA, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) 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) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 416,2 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 381,8 Sól [g] 5,5 Sacharoza [g] 43,8 Błonnik pokarmowy [g] 24,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 26,5 Sód [mg] 2 404

2026-07-12 niedziela	D01 podstawowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) polędwica 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 (MLEKO) udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	Szynka barwnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (10g) 1 Por 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] 2 107,2 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 86,7 Węglowodany ogółem [g] 250,8 Sól [g] 4,4 Sacharoza [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 43,2 Sód [mg] 1 864,6
	D02 łatwostrawna Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) polędwica 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 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	Szynka barwnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 481 Białko ogółem [g] 106,7 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 346,9 Sól [g] 5,2 Sacharoza [g] 21,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 36,1 Sód [mg] 2 202
	D03 cukrzycowa Tom	ser biały krajanka (MLEKO) 50 g (MLEKO) polędwica 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 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	zupa lane kluseczki na jarzynach z natką pietruszki 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Brokuły gotowane 200 g	Szynka barwnika 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 992,7 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 87,7 Węglowodany ogółem [g] 220,9 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 8,6 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,1 Sód [mg] 1 872,1

2026-07-12 niedziela	D05 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 450 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	Szynka barwnika 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] 2 533,5 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 368,7 Sól [g] 5 Sacharoza [g] 28,1 Błonnik pokarmowy [g] 24 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Sód [mg] 2 020,7
	D01 podstawowa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (2) 30 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) marmolada owocowa 50 g	zupa barszcz ukraiński z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) gulasz wieprzowy (1) (mąka PSZENNA, przyprawa warzywna (SELER, SOJA) 150 g (GLUTEN) Surówka z kiszonych ogórków 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jabłko 120 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] 2 474,2 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 80,9 Węglowodany ogółem [g] 354,3 Sól [g] 7,3 Sacharoza [g] 27,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,9 Sód [mg] 3 349,9
2026-07-13 poniedziałek	D02 łatwastrawna Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (2) 30 g (MLEKO) kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) marmolada owocowa 50 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) potrawka z mięsa łopatką z warzywami 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jabłko 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 593,8 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 84,4 Węglowodany ogółem [g] 376,9 Sól [g] 6,4 Sacharoza [g] 26,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 39,1 Sód [mg] 2 603,7

2026-07-13 poniedziałek	D03 cukrzycowa Tom	kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) ser topiony (1) 50 g (MLEKO) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 110 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	twarożek z koperkiem 60 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 50 g (GLUTEN) MASŁO 82% 10 g (MLEKO) marmolada owocowa 50 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza gryczana 200 g (GLUTEN, SELER, SO2, ŁUBIN) potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER) Surówka z kiszonych ogórków 150 g (SELER, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, salaty, natką pietruszki z pestkami słonecznika 150 g	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) 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] 2 585,9 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 125,2 Węglowodany ogółem [g] 283,4 Sól [g] 8,1 Sacharoza [g] 19,1 Błonnik pokarmowy [g] 42,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 46,1 Sód [mg] 3 666
	D05 wątrobowa Tom	platkı owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) mus jabłkowy 30 g kielbasa krakowska (drobiowo-wieprzowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	rogalik maślany 1/2 szt. (40g) 0,5 szt (GLUTEN, JAJA, MLEKO) marmolada owocowa 50 g	zupa jarzynowa z ziemniakami i natką pietruszki 400 ml (SELER) kasza jęczmienna 200 g (GLUTEN) potrawka z mięsa łopatki z warzywami 150 g (SELER) szpinak gotowany 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Jogurt owocowy 1szt (100ml) 1 szt (MLEKO)	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 536,5 Białko ogółem [g] 92,3 Tłuszcz [g] 76,9 Węglowodany ogółem [g] 383,7 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 30,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 34,6 Sód [mg] 2 352
2026-07-14 wtorek	D01 podstawowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (20g) 1 Por 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)	kisiel owocowy z/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabelana 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g fasolka po bretońsku z kielbasą cieką (wieprzową) 300 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) Jabłko 120 g napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	polędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 528,9 Białko ogółem [g] 95,8 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 359,4 Sól [g] 6 Sacharoza [g] 49,4 Błonnik pokarmowy [g] 37,7 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 30,1 Sód [mg] 2 571,3

2026-07-14 wtorek	D02 łatwostrawna 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) sałata 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 dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	połędwica '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] 91,2 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 (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 20 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (20g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	kisiel owocowy b/c 200 ml	zupa pieczarkowa z kaszą jęczmienną zabieleną 400 ml (GLUTEN, MLEKO, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) sztuka mięsa gotowana z sosem dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) surówka z buraczków 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 200 g	połędwica 'Ani' 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i rzodkiewki 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 106,8 Białko ogółem [g] 69,1 Tłuszcz [g] 102,5 Węglowodany ogółem [g] 240,8 Sól [g] 4,3 Sacharoza [g] 42,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,6 Sód [mg] 1 896,6
	D05 wątrobowa Tom	zacierka na mleku (1) 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ser biały mielony z natką pietruszki 40 g (MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt sałata 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 dietetycznym (2) 80 g (GLUTEN, SELER) buraczki gotowane 150 g (GLUTEN) napój owocowy malinowy 250 ml	Banan 1 szt 150 g	połędwica 'Ani' 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] 2 451,9 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

2026-07-15 środa	D01 podstawowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) marmolada owocowa 30 g papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa owocowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem ciemnym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	pasta z makreli wędzonej, twarogu z cebulką 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] 2 102 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 54,5 Węglowodany ogółem [g] 316,6 Sól [g] 6,9 Sacharoza [g] 36,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27,6 Sód [mg] 2 942,4
	D02 łatwostrawna Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) marmolada owocowa 30 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 249,7 Białko ogółem [g] 101,4 Tłuszcz [g] 53,3 Węglowodany ogółem [g] 350,4 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 17,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 25,9 Sód [mg] 2 285,8
	D03 cukrzycowa Tom	Jajko gotowane 50 g (JAJA) szynka złocista 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) papryka świeża 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	pomarańcza 1/2 szt. 100 g	połędwica sopocka 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] 1 840,1 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 222,9 Sól [g] 5,8 Sacharoza [g] 8,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 35,1 Sód [mg] 2 605,4

2026-07-15 środa	D05 wątrobowa Tom	ryż na mleku 300 ml (MLEKO) szynka złociста (drobiowa) 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) marmolada owocowa 30 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	soczek owocowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g schab gotowany z sosem jarzynowym (1) 80 g (GLUTEN, SELER) sałata z maślanką 150 g (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) mus jabłkowy 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 351,1 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 55,1 Węglowodany ogółem [g] 372,2 Sól [g] 5,4 Sacharoza [g] 32,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 27 Sód [mg] 2 283,7
	D01 podstawowa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser topiony (1) 50 g (MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	angielka z masłem i dżemem (30g+10g+30g) 65 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa z soczewicy z ziemniakami 400 ml (GLUTEN, SELER) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z białej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z makaronu ciemnego z pomidorami, groszkiem i kukurydzą 150 g (GLUTEN, JAJA, GORCZYCA)	twarożek z koperkiem 70 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 603,8 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 94,3 Węglowodany ogółem [g] 355,6 Sól [g] 4,6 Sacharoza [g] 18,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,3 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 41,5 Sód [mg] 1 892,8
	D02 latwostrawna Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) dżemik 25 g pomidor 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	angielka z masłem i dżemem (30g+10g+30g) 65 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 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 (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 578,8 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 70,2 Węglowodany ogółem [g] 405,7 Sól [g] 3,7 Sacharoza [g] 26,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,2 Sód [mg] 1 525,6

2026-07-16 czwartek	D03 cukrzycowa Tom	ser topiony (1) 50 g (MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) pomidor 50 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	jogurt naturalny 100 ml (MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ryż brązowy 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 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 (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 061,6 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 274,7 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 34,9 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 33,3 Sód [mg] 1 852,9
	D05 wątrobowa Tom	płatki owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka wieprzowa (kanapkowa) 40 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, GORCZYCA) dżemik 25 g pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO)	angielka z masłem i dżemem (30g+10g+30g) 65 g (GLUTEN, MLEKO)	zupa jarzynowa z ziemniakami i groszkiem zielonym 400 ml (GLUTEN, SELER, GORCZYCA) ryż na sypko 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem jarzynowym 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)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałata liść (10g) 1 Por Jabłko parzone 120 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 100 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 577,6 Białko ogółem [g] 90,1 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 414,2 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 28,8 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 31,9 Sód [mg] 1 923,6
2026-07-17 piątek	D01 podstawowa 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 solferino z ziemniakami (jarzynowo-pomidorowa) 400 ml (GLUTEN, SELER) makaron pełnoziarnisty z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka połówkowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 795,4 Białko ogółem [g] 67 Tłuszcz [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 290,1 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 22,4 Błonnik pokarmowy [g] 23,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 23 Sód [mg] 2 452,7

2026-07-17 piątek	D02 łatwostrawna 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 polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 236 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
	D03 cukrzycowa 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 pełnoziarnisty z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	sałatka z pomidorów, sałaty, ciecierzycy z olejem rzepakowym 200 g	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 1 614,3 Białko ogółem [g] 63,4 Tłuszcz [g] 48,4 Węglowodany ogółem [g] 245,4 Sól [g] 6,3 Sacharoza [g] 9,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 21,9 Sód [mg] 2 533,5
	D05 wątrobowa Tom	kasza manna gotowana na mleku (MLEKO, kasza manna (z PSZENICY)) 300 ml (GLUTEN, MLEKO) miód wielokwiatowy 25g 1 szt pomidor sparzony 50 g pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata 250 ml	kefir (1szt) 200 ml (MLEKO)	zupa krupnik ryżowy z natką pietruszki 400 ml (SELER) makaron z musem truskawkowym (200g+100g) 300 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO) napój owocowy malinowy 250 ml	babka piaskowa 30 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka polędwicowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, SO2) sałata liść (10g) 1 Por MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 192,7 Białko ogółem [g] 70,5 Tłuszcz [g] 46,2 Węglowodany ogółem [g] 381,8 Sól [g] 4,7 Sacharoza [g] 21,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 22,7 Sód [mg] 1 919,7

2026-07-18 sobota	D01 podstawowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) Jabłko 120 g 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	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	chalka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 461 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 (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 gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chalka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 614,7 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 (MLEKO) szynka konserwowa wieprzowa 50 g (GLUTEN, JAJA, ORZECHY, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SEZAM) Jabłko 120 g pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) herbata b/c 250 ml	sok pomidorowy (200ml) 1 szt	zupa brokułowa z makaronem 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) 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	jogurt naturalny 1szt (100g) 100 ml (MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z ogórka zielonego i koperku 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 078,6 Białko ogółem [g] 86,5 Tłuszcz [g] 76,3 Węglowodany ogółem [g] 279,9 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 20,2 Błonnik pokarmowy [g] 38 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 24,6 Sód [mg] 2 540,7
	D05 wątrobowa Tom	plátky owsiane na mleku 300 ml (GLUTEN, MLEKO) ser biały krajanka (MLEKO) 60 g (MLEKO) Jabłko parzone 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 gotowanee 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	chalka z dżemem (30g+25g) 60 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	połędwica sopocka wieprzowa 50 g (GLUTEN, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) pomidor sparzony 50 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 614,7 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

2026-07-19 niedziela	D01 podstawowa Tom	ser żółty (2) 25 g (MLEKO) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 60 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUTEN, MLEKO) szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2)	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa rosół z makaronem z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, JAJA, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka pieczone 130 g surówka z czerwonej kapusty 150 g marchewka gotowana z groszkiem 100 g (GLUTEN, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 60 g (GLUTEN) pieczywo mieszane (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA)) 120 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 423,7 Białko ogółem [g] 96,2 Tłuszcz [g] 89,9 Węglowodany ogółem [g] 324,9 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 29,5 Błonnik pokarmowy [g] 34,4 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 37,3 Sód [mg] 2 490,1
	D02 łatwostrawna Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO)	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 676,6 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Sód [mg] 2 452,1
	D03 cukrzycowa Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 120 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml ser żółty (2) 25 g (MLEKO)	mus jabłkowy 100 g Chrupki kukurydziane 30 g	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) Ziemniaki z koperkiem 200 g (MLEKO) udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) surówka z czerwonej kapusty 150 g napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	połędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo graham (mąka PSZENNA, mąka ŻYTANIA) 130 g (GLUTEN) herbata b/c 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 137 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 277,8 Sól [g] 5,3 Sacharoza [g] 23,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,2 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 38,7 Sód [mg] 2 137

2026-07-19 niedziela	D05 wątrobowa Tom	szynka złocista (drobiowa) 30 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA, SO2) MASŁO 82% 15 g (MLEKO) sałata liść (10g) 1 Por pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) kawa zbożowa na mleku 250 ml (GLUTEN, MLEKO) ser żółty (2) 25 g (MLEKO)	Ciasteczka 50 g (GLUTEN, JAJA, MLEKO)	zupa manna na jarzynach z natką pietruszki 400 ml (GLUTEN, SELER) ziemniaki z koperkiem 200 g udko z kurczaka gotowane z sosem pietruszkowym 130 g (GLUTEN, SELER) marchewka gotowana z groszkiem 150 g (GLUTEN, GORCZYCA) napój owocowy malinowy 250 ml	Jabłko 120 g	polędwica drobiowa z wieprzowiną 50 g (GLUTEN, JAJA, SOJA, MLEKO, SELER, GORCZYCA) sałatka z pomidora i sałaty z pestkami dyni 100 g MASŁO 82% 15 g (MLEKO) pieczywo pszenne 130 g (GLUTEN) herbata 250 ml	Wartość energetyczna [kcal] 2 676,6 Białko ogółem [g] 100,2 Tłuszcz [g] 99,7 Węglowodany ogółem [g] 356,5 Sól [g] 6,1 Sacharoza [g] 33,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem [g] 40,3 Sód [mg] 2 452,1
----------------------	-------------------	---	---	--	---------------------	--	--