


**02.09.2025 (wtorek)**
**► 08:00 Śniadanie (638kcal)**

|                                                |                  |
|------------------------------------------------|------------------|
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal) | 0.5 porcji       |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                 | 1 porcja         |
| Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (102 kcal)      | 0.5 porcji       |
| Bułka pszenna zwykła (218kcal)                 | 1 sztuka (80g)   |
| Schab z beczki S (6) (45kcal)                  | 40g              |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                     | 14g              |
| Banan (58kcal)                                 | 1/2 sztuki (60g) |
| Salata (2kcal)                                 | 1/8 sztuki (10g) |

**► 10:00 II Śniadanie (102kcal)**

|                                  |                  |
|----------------------------------|------------------|
| Drożdżówka z porzeczką (102kcal) | 1/2 sztuki (40g) |
|----------------------------------|------------------|

**► 12:00 Obiad (698kcal)**

|                                                     |            |
|-----------------------------------------------------|------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                  | 1 porcja   |
| Potraw z kurcz 200g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (409 kcal) | 1 porcja   |
| Ryż biały, gotowany (144kcal)                       | 120g       |
| Jarzynowa 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (90 kcal)    | 0.5 porcji |

**► 15:00 Podwieczorek (60kcal)**

|                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| Napój owocowy 100 ml S (60kcal) | 2 opakowania (200ml) |
|---------------------------------|----------------------|

**► 17:00 Kolacja (534kcal)**

|                                              |                       |
|----------------------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)                  | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)               | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                               | 1/8 sztuki (10g)      |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                   | 14g                   |
| Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) (112 kcal) | 1 porcja              |
| Cukinia z pary S 50g (10 kcal)               | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (174kcal)**

|                                     |          |
|-------------------------------------|----------|
| Budyń słod na ml 150ml S (174 kcal) | 1 porcja |
|-------------------------------------|----------|

 **Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2206 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 100.95 g |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 63.55 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 313.18 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 255.95 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 16.88 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 29.48 g   | <b>Sól:</b>                | 8.48 g   |


**03.09.2025 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (605kcal)**

|                                                     |                |
|-----------------------------------------------------|----------------|
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)      | 0.5 porcji     |
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)                      | 1 porcja       |
| Bułka pszenna zwykła (218kcal)                      | 1 sztuka (80g) |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                          | 14g            |
| Paszтет ciechanowski (1,3,5,6,7,8,9,10,11) (86kcal) | 40g            |
| Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal) | 0.5 porcji     |
| Salata z pomidorem 90g S (20 kcal)                  | 1 porcja       |

**► 10:00 II Śniadanie (80kcal)**

|                                      |                 |
|--------------------------------------|-----------------|
| Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal) | 1 sztuka (100g) |
|--------------------------------------|-----------------|

**► 12:00 Obiad (766kcal)**

|                                                                    |                       |
|--------------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                                 | 1 porcja              |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                             | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (181 kcal)             | 1 porcja              |
| Bitka wp z szyn dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (273 kcal) | 1 porcja              |
| Brokuł z march z pary 180g D S (115 kcal)                          | 1 porcja              |

**► 15:00 Podwieczorek (144kcal)**

|                                                           |                 |
|-----------------------------------------------------------|-----------------|
| Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7) (144kcal) | 1 sztuka (150g) |
|-----------------------------------------------------------|-----------------|

**► 17:00 Kolacja (472kcal)**

|                                 |                       |
|---------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)     | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)  | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                  | 1/8 sztuki (10g)      |
| Masło ekstra (7) (105kcal)      | 14g                   |
| Kielbasa Szynkowa S(6) (46kcal) | 40g                   |
| Kalafior z pary S 50g (14 kcal) | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)**

|                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| Biszkopty (70kcal) | 6 i 2/3 sztuki (20g) |
|--------------------|----------------------|

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2137 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 89.47 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 60.74 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 316.44 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 229.14 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 23.55 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 26.17 g   | <b>Sól:</b>                | 9.62 g   |


**04.09.2025 (czwartek)**
**► 08:00 Śniadanie (578kcal)**

|                                                     |                |
|-----------------------------------------------------|----------------|
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)                      | 1 porcja       |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)      | 0.5 porcji     |
| Bułka pszenna zwykła (218kcal)                      | 1 sztuka (80g) |
| Salata z pomidorem 90g S (10 kcal)                  | 0.5 porcji     |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                          | 14g            |
| Jajko gotowane S (3) (70 kcal)                      | 1 porcja       |
| Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal) | 0.5 porcji     |

**► 10:00 II Śniadanie (58kcal)**

|                               |                      |
|-------------------------------|----------------------|
| Chrupki kukurydziane (58kcal) | 3 i 1/4 garści (16g) |
|-------------------------------|----------------------|

**► 12:00 Obiad (819kcal)**

|                                                                           |            |
|---------------------------------------------------------------------------|------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                                        | 1 porcja   |
| Zalewajka z jajk i kielb na kefirze 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (156 kcal) | 0.5 porcji |
| Makaron ze szpinakiem, kurczak, ser S(1,7,) (608 kcal)                    | 1 porcja   |

**► 15:00 Podwieczorek (143kcal)**

|                                          |          |
|------------------------------------------|----------|
| Koktajl bananowy 200 ml S (7) (143 kcal) | 1 porcja |
|------------------------------------------|----------|

**► 17:00 Kolacja (431kcal)**

|                                  |                       |
|----------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)      | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)   | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                   | 1/8 sztuki (10g)      |
| Kielbasa kminkowa S (6) (49kcal) | 40g                   |
| Masło ekstra (7) (105kcal)       | 14g                   |
| Cukinia z pary S 50g (10 kcal)   | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (87kcal)**

|                     |                |
|---------------------|----------------|
| Herbatniki (87kcal) | 4 sztuki (20g) |
|---------------------|----------------|

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2116 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 81.48 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 66.95 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 304.36 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 280.49 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 17.11 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 28.23 g   | <b>Sól:</b>                | 9.22 g   |


**05.09.2025 (piątek)**
**► 08:00 Śniadanie (657kcal)**

|                                                |                  |
|------------------------------------------------|------------------|
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal) | 0.5 porcji       |
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)                 | 1 porcja         |
| Bułka pszenna zwykła (218kcal)                 | 1 sztuka (80g)   |
| Salata (2kcal)                                 | 1/8 sztuki (10g) |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                     | 14g              |
| Nektarynka (60kcal)                            | 1 sztuka (120g)  |
| Ser bia z kef i koper 60g S(7) (90 kcal)       | 1 porcja         |
| Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) (114 kcal)       | 0.5 porcji       |

**► 10:00 II Śniadanie (133kcal)**

|                              |                  |
|------------------------------|------------------|
| Drożdżówka z serem (133kcal) | 1/2 sztuki (50g) |
|------------------------------|------------------|

**► 12:00 Obiad (640kcal)**

|                                                          |            |
|----------------------------------------------------------|------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                       | 1 porcja   |
| Kasza kuskus gotow S (1) (157kcal)                       | 140g       |
| Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11) (201 kcal) | 1 porcja   |
| Selerowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (112 kcal)           | 0.5 porcji |
| Jarzynka po grecku S(1,3,6,7,8,9,10,11) (115 kcal)       | 0.5 porcji |

**► 15:00 Podwieczorek (88kcal)**

|                                           |          |
|-------------------------------------------|----------|
| Koktajl truskawkowy 200ml S (7) (88 kcal) | 1 porcja |
|-------------------------------------------|----------|

**► 17:00 Kolacja (525kcal)**

|                                   |                       |
|-----------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)       | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)    | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                    | 1/8 sztuki (10g)      |
| Masło ekstra (7) (105kcal)        | 14g                   |
| Past z jaj 60g S(3,10) (136 kcal) | 1 porcja              |
| Brokuł z pary S 50g (17 kcal)     | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (118kcal)**

|                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| Kisiel z jabł 200ml S (118 kcal) | 1 porcja |
|----------------------------------|----------|

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2161 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 81.44 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 64.28 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 321.37 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 240.45 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 21.85 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 28.73 g   | <b>Sól:</b>                | 7.21 g   |




**06.09.2025 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (610kcal)**

|                                                |                  |
|------------------------------------------------|------------------|
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal) | 0.5 porcji       |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                 | 1 porcja         |
| Bułka pszenna zwykła (218kcal)                 | 1 sztuka (80g)   |
| Salata (2kcal)                                 | 1/8 sztuki (10g) |
| Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (111 kcal)      | 0.5 porcji       |
| Pomidor sparzony S 80g (15 kcal)               | 1 porcja         |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                     | 14g              |
| Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6) (51kcal)     | 40g              |

**► 10:00 II Śniadanie (76kcal)**

|                         |                      |
|-------------------------|----------------------|
| Napój jabłkowy (76kcal) | 3/4 szklanki (200ml) |
|-------------------------|----------------------|

**► 12:00 Obiad (823kcal)**

|                                                                       |                      |
|-----------------------------------------------------------------------|----------------------|
| Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (225 kcal)                         | 1 porcja             |
| Zapiekanki z ziemniakami i jajkami 350g S(3,6,7,8,9,10,11) (455 kcal) | 1 porcja             |
| Maślanka naturalna (88kcal)                                           | 3/4 szklanki (200ml) |
| Kompot owocowy słod 250ml S (55 kcal)                                 | 1 porcja             |

**► 15:00 Podwieczorek (80kcal)**

|                                      |                 |
|--------------------------------------|-----------------|
| Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal) | 1 sztuka (100g) |
|--------------------------------------|-----------------|

**► 17:00 Kolacja (549kcal)**

|                                |                       |
|--------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)    | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal) | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                 | 1/8 sztuki (10g)      |
| Masło ekstra (7) (105kcal)     | 14g                   |
| Cukinia z pary S 50g (10 kcal) | 1 porcja              |
| Ser gouda (7) (127kcal)        | 40g                   |

**► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)**

|                    |                      |
|--------------------|----------------------|
| Biszkopty (70kcal) | 6 i 2/3 sztuki (20g) |
|--------------------|----------------------|

 **Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |         |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|---------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2208 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 81.87 g |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 57.2 g    | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 348.1 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 281.37 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 20.94 g |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 29.64 g   | <b>Sól:</b>                | 9.35 g  |


**07.09.2025 (niedziela)**
**► 08:00 Śniadanie (746kcal)**

|                                                           |                       |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------|
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)                            | 1 porcja              |
| Chleb baltonowski (254kcal)                               | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Salata z pomidorem 90g S (20 kcal)                        | 1 porcja              |
| Kielbaski śląskie S (1,10,6,7) (172kcal)                  | 60g                   |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                                | 14g                   |
| Kaszka manna Wypasiona Mlekovita 150 g S (1, 7) (144kcal) | 1 sztuka (150g)       |

**► 10:00 II Śniadanie (80kcal)**

|                                      |                 |
|--------------------------------------|-----------------|
| Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal) | 1 sztuka (100g) |
|--------------------------------------|-----------------|

**► 12:00 Obiad (683kcal)**

|                                                               |                       |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                        | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (142 kcal)             | 1 porcja              |
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                            | 1 porcja              |
| Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (268 kcal) | 1 porcja              |
| Bur z jabł 150g S (76 kcal)                                   | 0.5 porcji            |

**► 15:00 Podwieczorek (118kcal)**

|                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| Kisiel z jabł 200ml S (118 kcal) | 1 porcja |
|----------------------------------|----------|

**► 17:00 Kolacja (470kcal)**

|                                 |                       |
|---------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)     | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (51 kcal)  | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                  | 1/8 sztuki (10g)      |
| Masło ekstra (7) (105kcal)      | 14g                   |
| Szynka gotowana S (6) (44kcal)  | 40g                   |
| Kalafior z pary S 50g (14 kcal) | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (58kcal)**

|                               |                      |
|-------------------------------|----------------------|
| Chrupki kukurydziane (58kcal) | 3 i 1/4 garści (16g) |
|-------------------------------|----------------------|

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2155 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 74.6 g   |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 65.95 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 323.64 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 257.27 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 22.36 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 28.53 g   | <b>Sól:</b>                | 10.3 g   |


**08.09.2025 (poniedziałek)**
**► 08:00 Śniadanie (595kcal)**

|                                                        |                        |
|--------------------------------------------------------|------------------------|
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)                         | 1 porcja               |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (57 kcal)         | 0.5 porcji             |
| Dżem truskawkowy, niskosłodzony (31kcal)               | 1 i 1/3 łyżeczki (20g) |
| Bułki i rogalie maślane (197kcal)                      | 60g                    |
| Kasza kukurydza na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) (105 kcal) | 0.5 porcji             |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                             | 14g                    |
| Ser twarogowy, chudy (7) (49kcal)                      | 50g                    |
| Brzoskwinia (40kcal)                                   | 1 sztuka (80g)         |

**► 10:00 II Śniadanie (92kcal)**

|                                            |                |
|--------------------------------------------|----------------|
| Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu (92kcal) | 6 łyżek (150g) |
|--------------------------------------------|----------------|

**► 12:00 Obiad (777kcal)**

|                                                        |                       |
|--------------------------------------------------------|-----------------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                     | 1 porcja              |
| Fil z indyka na parz 80g S(3,6,7,8,9,10,11) (132 kcal) | 1 porcja              |
| Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (182 kcal)      | 1 porcja              |
| Sos pietr S(1,3,6,7,8,9,10,11) (154 kcal)              | 1 porcja              |
| Włoszczyzna z pary 200g S(9) (112 kcal)                | 1 porcja              |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                 | 2 i 1/3 sztuki (200g) |

**► 15:00 Podwieczorek (73kcal)**

|                                            |          |
|--------------------------------------------|----------|
| Sur z mar i jab 150g (podw) S(7) (73 kcal) | 1 porcja |
|--------------------------------------------|----------|

**► 17:00 Kolacja (482kcal)**

|                                               |                       |
|-----------------------------------------------|-----------------------|
| Chleb baltonowski (254kcal)                   | 2 i 3/4 kromki (100g) |
| Herbata słod 250ml S (11 kcal)                | 1 porcja              |
| Salata (2kcal)                                | 1/8 sztuki (10g)      |
| Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6) (81kcal) | 40g                   |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                    | 14g                   |
| Burak czerwony z pary S 50g (29 kcal)         | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

|                                      |                 |
|--------------------------------------|-----------------|
| Mus owocowy pasteryzowany S (80kcal) | 1 sztuka (100g) |
|--------------------------------------|-----------------|

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2099 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 89.39 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 58.14 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 321.45 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 244.85 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 41.24 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 27.3 g    | <b>Sól:</b>                | 10.84 g  |

| wtorek (2025-09-02)                                                                                                                                                                   | środa (2025-09-03)                                                                                                                                                                                                             | czwartek (2025-09-04)                                                                                                                                                                                    | piątek (2025-09-05)                                                                                                                                                                                 | sobota (2025-09-06)                                                                                                                                                                                                 | niedziela (2025-09-07)                                                                                                                                                            | poniedziałek (2025-09-08)                                                                                                                                                                                                               |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                       | 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                                                                | 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                                          | 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                                     | 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                                                     | 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                   | 08:00 Śniadanie                                                                                                                                                                                                                         |
| Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10)<br>Bułka pszenna zwykła<br>Schab z beczki S (6)<br>Masło ekstra (7)<br>Banan<br>Sałata | Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bułka pszenna zwykła<br>Masło ekstra (7)<br>Paszтет ciechanowski (1,3,5,6,7,8,9,10,11)<br>Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Sałata z pomidorem 90g S | Herbata słod 250ml S<br>Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Bułka pszenna zwykła<br>Sałata z pomidorem 90g S<br>Masło ekstra (7)<br>Jajko gotowane S (3)<br>Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) | Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bułka pszenna zwykła<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Nektarynka<br>Ser bia z kef i koper 60g S(7)<br>Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) | Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Herbata słod 250ml S<br>Bułka pszenna zwykła<br>Sałata<br>Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10)<br>Pomidor sparzony S 80g<br>Masło ekstra (7)<br>Kielbasa Krakowska podsusz. S (6) | Herbata słod 250ml S<br>Chleb baltonowski<br>Sałata z pomidorem 90g S<br>Kielbaski śląskie S (1,10,6,7)<br>Masło ekstra (7)<br>Kaszka manna Wypasiona<br>Mlekovita 150 g S (1, 7) | Herbata słod 250ml S<br>Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Dżem truskawkowy, niskosłodzony<br>Bułki i rogałe maślane<br>Kasza kukurydza na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Masło ekstra (7)<br>Ser twarogowy, chudy (7)<br>Brzoskwinia |
| 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                    | 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                                                             | 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                                       | 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                                  | 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                                                  | 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                | 10:00 II Śniadanie                                                                                                                                                                                                                      |
| Drożdżówka z porzeczką                                                                                                                                                                | Mus owocowy pasteryzowany S                                                                                                                                                                                                    | Chrupki kukurydziane                                                                                                                                                                                     | Drożdżówka z serem                                                                                                                                                                                  | Napój jabłkowy                                                                                                                                                                                                      | Mus owocowy pasteryzowany S                                                                                                                                                       | Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu                                                                                                                                                                                                       |
| 12:00 Obiad                                                                                                                                                                           | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                                                    | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                              | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                         | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                                         | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                       | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                                                             |
| Kompot owoc słod 250ml S<br>Potraw z kurcz 200g S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Ryż biały, gotowany<br>Jarzynowa 300ml D S(1,3,6,7,8,9,10,11)                                                 | Kompot owoc słod 250ml S<br>Ziemniaki, gotowane w wodzie<br>Pomidorowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Bitka wp z szyn dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Brokuł z march z pary 180g D S                           | Kompot owoc słod 250ml S<br>Zalewajka z jajk i kielb na kefirze 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Makaron ze szpinakiem, kurczak, ser S(1,7,)                                                                | Kompot owoc słod 250ml S<br>Kasza kuskus gotow S (1)<br>Pulp na parz z ryb 80g D S(1,3,4,6,7,9,10,11)<br>Selerowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jarzynka po grecku S(1,3,6,7,8,9,10,11)             | Krupnik 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Zapiekany z ziem z jajk 350g S(3,6,7,8,9,10,11)<br>Maślanka naturalna<br>Kompot owoc słod 250ml S                                                                             | Ziemniaki, gotowane w wodzie<br>Rosół z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Kompot owoc słod 250ml S<br>Piecz wiep dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Bur z jabł 150g S     | Kompot owoc słod 250ml S<br>Fil z indyka na parz 80g S(3,6,7,8,9,10,11)<br>Kalafiorowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Sos pietr S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Włoszczyzna z pary 200g S(9)<br>Ziemniaki, gotowane w wodzie                     |
| 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                    | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                                             | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                       | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                  | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                                  | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                      |
| Napój owocowy 100 ml S                                                                                                                                                                | Kaszka manna Wypasiona<br>Mlekovita 150 g S (1, 7)                                                                                                                                                                             | Koktajl bananowy 200 ml S (7)                                                                                                                                                                            | Koktajl truskawkowy 200ml S (7)                                                                                                                                                                     | Mus owocowy pasteryzowany S                                                                                                                                                                                         | Kisiel z jabł 200ml S                                                                                                                                                             | Sur z mar i jab 150g (podw) S(7)                                                                                                                                                                                                        |
| 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                         | 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                                                                  | 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                                            | 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                                       | 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                                                       | 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                     | 17:00 Kolacja                                                                                                                                                                                                                           |
| Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7)<br>Cukinia z pary S 50g                                                  | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Kielbasa Szynkowa S(6)<br>Kalafior z pary S 50g                                                                                                     | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Kielbasa kminkowa S (6)<br>Masło ekstra (7)<br>Cukinia z pary S 50g                                                                               | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Past z jaj 60g S(3,10)<br>Brokuł z pary S 50g                                                                            | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Cukinia z pary S 50g<br>Ser gouda (7)                                                                                                    | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Szyńka gotowana S (6)<br>Kalafior z pary S 50g                                                         | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Kielbasa z fileta/Schinkenwurst S(6)<br>Masło ekstra (7)<br>Burak czerwony z pary S 50g                                                                                          |

| <b>wtorek (2025-09-02)</b> | <b>środa (2025-09-03)</b> | <b>czwartek (2025-09-04)</b> | <b>piątek (2025-09-05)</b> | <b>sobota (2025-09-06)</b> | <b>niedziela (2025-09-07)</b> | <b>poniedziałek (2025-09-08)</b> |
|----------------------------|---------------------------|------------------------------|----------------------------|----------------------------|-------------------------------|----------------------------------|
| 20:00 Posiłek nocny        | 20:00 Posiłek nocny       | 20:00 Posiłek nocny          | 20:00 Posiłek nocny        | 20:00 Posiłek nocny        | 20:00 Posiłek nocny           | 20:00 Posiłek nocny              |
| Budyń słod na ml 150ml S   | Biszkopty                 | Herbatniki                   | Kisiel z jabł 200ml S      | Biszkopty                  | Chrupki kukurydżiane          | Mus owocowy pasteryzowany S      |



| wtorek (2025-09-02)                                                                                                                                   | środa (2025-09-03)                                                                                                                                    | czwartek (2025-09-04)                                                                                                                                 | piątek (2025-09-05)                                                                                                                                   | sobota (2025-09-06)                                                                                                                                   | niedziela (2025-09-07)                                                                                                                                | poniedziałek (2025-09-08)                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2206 = 8996 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>25,93 %</b><br>Kcal z białka <b>18,30 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>56,79 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2137 = 7661 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>25,58 %</b><br>Kcal z białka <b>16,75 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>59,23 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2116 = 8874 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>28,48 %</b><br>Kcal z białka <b>15,40 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>57,53 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2161 = 9055 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>26,77 %</b><br>Kcal z białka <b>15,07 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>59,49 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2208 = 8928 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>23,32 %</b><br>Kcal z białka <b>14,83 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>63,06 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2155 = 7386 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>27,54 %</b><br>Kcal z białka <b>13,85 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>60,07 %</b> | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2099 = 8448 kJ</b><br>Kcal z tłuszczu <b>24,93 %</b><br>Kcal z białka <b>17,03 %</b><br>Kcal z węglowodanów <b>61,26 %</b> |