


**09.09.2025 (wtorek)**
**► 08:00 Śniadanie (550kcal)**

|                                                |                  |
|------------------------------------------------|------------------|
| 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         |
| Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10) (102 kcal)      | 0.5 porcji       |
| Salata (2kcal)                                 | 1/8 sztuki (10g) |
| Bułka pszenna zwykła (218kcal)                 | 1 sztuka (80g)   |
| Cukinia z pary S 50g (10 kcal)                 | 1 porcja         |
| Schab z beczki S (6) (45kcal)                  | 40g              |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                     | 14g              |

**► 10:00 II Śniadanie (102kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (678kcal)**

|                                                       |                       |
|-------------------------------------------------------|-----------------------|
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Kukurydziana 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (131 kcal)    | 1 porcja              |
| Fil z kurcz na parz 80g S(3,6,7,8,9,10,11) (210 kcal) | 1 porcja              |
| March got 180g D S (195 kcal)                         | 1 porcja              |

**► 15:00 Podwieczorek (76kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (573kcal)**

|                                                     |                       |
|-----------------------------------------------------|-----------------------|
| 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                   |
| Jabł piecz 150g S (75 kcal)                         | 1 porcja              |
| Pasztet ciechanowski (1,3,5,6,7,8,9,10,11) (86kcal) | 40g                   |

**► 20:00 Posiłek nocny (174kcal)**

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

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2153 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 82.63 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 61.78 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 328.35 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 254.71 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 25.86 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 23.91 g   | <b>Sól:</b>                | 10.2 g   |


**10.09.2025 (środa)**
**► 08:00 Śniadanie (553kcal)**

|                                                     |                |
|-----------------------------------------------------|----------------|
| 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            |
| Szynka gotowana S (6) (44kcal)                      | 40g            |
| Zupa ml z kasz man 250ml S(1,6,7,8,9,10) (108 kcal) | 0.5 porcji     |
| Salata z pomidorem 90g S (10 kcal)                  | 0.5 porcji     |

**► 10:00 II Śniadanie (80kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (681kcal)**

|                                                  |            |
|--------------------------------------------------|------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)               | 1 porcja   |
| Bur z jabł 150g S (152 kcal)                     | 1 porcja   |
| Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (187 kcal)  | 1 porcja   |
| Klus z mięs 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (287 kcal) | 0.5 porcji |

**► 15:00 Podwieczorek (144kcal)**

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

**► 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)      |
| Cukinia z pary S 50g (10 kcal)               | 1 porcja              |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                   | 14g                   |
| Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7) (112 kcal) | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)**

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

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2062 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 75.61 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 57.86 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 316.81 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 209.15 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 23.15 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 25.69 g   | <b>Sól:</b>                | 9.55 g   |


**11.09.2025 (czwartek)**
**► 08:00 Śniadanie (605kcal)**

|                                                     |                |
|-----------------------------------------------------|----------------|
| 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) |
| Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (107 kcal) | 0.5 porcji     |
| Brzoskwinia (45kcal)                                | 1 sztuka (90g) |
| Parówki oleskie S (6) (167kcal)                     | 60g            |

**► 10:00 II Śniadanie (58kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (696kcal)**

|                                                        |                       |
|--------------------------------------------------------|-----------------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                     | 1 porcja              |
| Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (86 kcal) | 0.5 porcji            |
| Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11) (355 kcal)               | 1 porcja              |
| Brokuł z march z pary 180g D S (58 kcal)               | 0.5 porcji            |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                 | 2 i 1/3 sztuki (200g) |

**► 15:00 Podwieczorek (143kcal)**

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

**► 17:00 Kolacja (435kcal)**

|                                  |                       |
|----------------------------------|-----------------------|
| 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                   |
| Kalafior z pary S 50g (14 kcal)  | 1 porcja              |
| Kielbasa kminkowa S (6) (49kcal) | 40g                   |

**► 20:00 Posiłek nocny (87kcal)**

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

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2024 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 98.98 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 66.19 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 266.88 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 239.95 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 19.26 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 25.44 g   | <b>Sól:</b>                | 8.73 g   |


**12.09.2025 (piątek)**
**► 08:00 Śniadanie (639kcal)**

|                                                |                  |
|------------------------------------------------|------------------|
| 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              |
| Kiwi (42kcal)                                  | 1 sztuka (70g)   |
| 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 (109kcal)**

|                                 |                  |
|---------------------------------|------------------|
| Drożdżówka z jabłkiem (109kcal) | 1/2 sztuki (40g) |
|---------------------------------|------------------|

**► 12:00 Obiad (687kcal)**

|                                                        |                       |
|--------------------------------------------------------|-----------------------|
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                 | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                     | 1 porcja              |
| Ryba na parz 80g S(4) (122 kcal)                       | 1 porcja              |
| Jarzynka po grecku SD(1,3,6,7,8,9,10,11) (193 kcal)    | 1 porcja              |
| Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (175 kcal) | 1 porcja              |

**► 15:00 Podwieczorek (58kcal)**

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

**► 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)      |
| Past z jaj 60g S(3,10) (136 kcal) | 1 porcja              |
| Masło ekstra (7) (105kcal)        | 14g                   |
| 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>             | 2136 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 81.86 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 64.93 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 315.98 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 267.95 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 23.47 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 29.12 g   | <b>Sól:</b>                | 8.96 g   |


**13.09.2025 (sobota)**
**► 08:00 Śniadanie (610kcal)**

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

**► 10:00 II Śniadanie (80kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (746kcal)**

|                                                          |          |
|----------------------------------------------------------|----------|
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                       | 1 porcja |
| Szpinakowa z ziem 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (180 kcal)  | 1 porcja |
| Gulasz wiep z jarz150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11) (286 kcal) | 1 porcja |
| Jabł piecz 150g S (75 kcal)                              | 1 porcja |
| Kasza jęczmienna gotow S (1) (150kcal)                   | 140g     |

**► 15:00 Podwieczorek (88kcal)**

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

**► 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)      |
| Ser gouda (127kcal)            | 1 i 2/3 plastra (40g) |
| Masło ekstra (7) (105kcal)     | 14g                   |
| Cukinia z pary S 50g (10 kcal) | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (70kcal)**

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

 **Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2143 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 80.09 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 67.39 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 313.29 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 249.45 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 25.85 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 35.45 g   | <b>Sól:</b>                | 9.35 g   |


**14.09.2025 (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 (92kcal)**

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

**► 12:00 Obiad (676kcal)**

|                                                                |                       |
|----------------------------------------------------------------|-----------------------|
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                         | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Pietruszkowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (72 kcal)        | 0.5 porcji            |
| Kompot owoc słod 250ml S (55 kcal)                             | 1 porcja              |
| Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11) (273 kcal) | 1 porcja              |
| March got 180g D S (134 kcal)                                  | 0.5 porcji            |

**► 15:00 Podwieczorek (118kcal)**

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

**► 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 krotoszyńska S (6) (46kcal) | 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>             | 2162 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 81.09 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 67.71 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 316.12 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 266.88 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 21.21 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 29.57 g   | <b>Sól:</b>                | 8.9 g    |


**15.09.2025 (poniedziałek)**
**► 08:00 Śniadanie (605kcal)**

|                                                       |                        |
|-------------------------------------------------------|------------------------|
| 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) (97 kcal) | 0.5 porcji             |
| Masło ekstra (7) (105kcal)                            | 14g                    |
| Banan (58kcal)                                        | 1/2 sztuki (60g)       |
| Ser twarogowy, chudy (7) (49kcal)                     | 50g                    |

**► 10:00 II Śniadanie (78kcal)**

|                                 |                      |
|---------------------------------|----------------------|
| Biszkopty "Petitki" LU (78kcal) | 6 i 2/3 sztuki (20g) |
|---------------------------------|----------------------|

**► 12:00 Obiad (840kcal)**

|                                                           |                       |
|-----------------------------------------------------------|-----------------------|
| Kompot owoc słod 250ml S (15 kcal)                        | 1 porcja              |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie (142kcal)                    | 2 i 1/3 sztuki (200g) |
| Dyniowa z grzankami 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11) (401 kcal) | 1 porcja              |
| Fil z indyka na parz 80g S(3,6,7,8,9,10,11) (132 kcal)    | 1 porcja              |
| Bur na gor 150g S (150 kcal)                              | 1 porcja              |

**► 15:00 Podwieczorek (118kcal)**

|                                             |          |
|---------------------------------------------|----------|
| Sur z mar i jab na kef 250g S(7) (118 kcal) | 1 porcja |
|---------------------------------------------|----------|

**► 17:00 Kolacja (468kcal)**

|                                               |                       |
|-----------------------------------------------|-----------------------|
| 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                   |
| Pomidor sparzony S 80g (15 kcal)              | 1 porcja              |

**► 20:00 Posiłek nocny (80kcal)**

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

**Wartości  
odżywcze**

|                                          |           |                            |          |
|------------------------------------------|-----------|----------------------------|----------|
| <b>Wartość energetyczna:</b>             | 2189 kcal | <b>Białko ogółem:</b>      | 82.93 g  |
| <b>Tłuszcz:</b>                          | 59.96 g   | <b>Węglowodany ogółem:</b> | 342.25 g |
| <b>Węglowodany przyswajalne:</b>         | 264.29 g  | <b>Błonnik pokarmowy:</b>  | 34.04 g  |
| <b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b> | 27.11 g   | <b>Sól:</b>                | 9.56 g   |

| wtorek (2025-09-09)                                                                                                                                                                                  | środa (2025-09-10)                                                                                                                                                                                        | czwartek (2025-09-11)                                                                                                                                                                            | piątek (2025-09-12)                                                                                                                                                                           | sobota (2025-09-13)                                                                                                                                                                                                 | niedziela (2025-09-14)                                                                                                                                                                 | poniedziałek (2025-09-15)                                                                                                                                                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 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>Sałata<br>Bułka pszenna zwykła<br>Cukinia z pary S 50g<br>Schab z beczki S (6)<br>Masło ekstra (7) | 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>Szynka gotowana S (6)<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>Herbata słod 250ml S<br>Bułka pszenna zwykła<br>Zupa ml z ryż 250ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Brzoskwinia<br>Parówki oleskie S (6) | 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>Kiwi<br>Ser bia z kef i koper 60g S(7)<br>Zacierka na ml 250ml S(1,3,7) | Herbata słod 250ml S<br>Bułka pszenna zwykła<br>Sałata<br>Pomidor sparzony S 80g<br>Masło ekstra (7)<br>Kiełbasa Krakowska podsusz. S (6)<br>Pł ows na ml 250ml S(1,7,8,10)<br>Kawa zboż z ml 250ml S(1,6,7,8,9,10) | Herbata słod 250ml S<br>Chleb baltonowski<br>Sałata z pomidorem 90g S<br>Kiełbaski 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 rogalie maślane<br>Kaszka kukurydzy na ml 250ml S(1,6,7,8,9,10)<br>Masło ekstra (7)<br>Banan<br>Ser twarogowy, chudy (7) |
| 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 jabłkiem                                                                                                                                                                         | Mus owocowy pasteryzowany S                                                                                                                                                                                         | Jogurt truskawkowy, 1.5% tłuszczu                                                                                                                                                      | Biszkopty "Petitki" LU                                                                                                                                                                                                              |
| 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                          | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                               | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                      | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                   | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                                         | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                            | 12:00 Obiad                                                                                                                                                                                                                         |
| Ziemniaki, gotowane w wodzie<br>Kukurydziana 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Fil z kurcz na parz 80g S(3,6,7,8,9,10,11)<br>March got 180g D S                                                          | Kompot owoc słod 250ml S<br>Bur z jabł 150g S<br>Brokułowa 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Klus z mięs 300g S(1,3,6,7,8,9,10,11)                                                                            | Kompot owoc słod 250ml S<br>Lane ciast na ros 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Kurcz got 150g S(6,8,9,10,11)<br>Brokuł z march z pary 180g D S<br>Ziemniaki, gotowane w wodzie                      | Ziemniaki, gotowane w wodzie<br>Kompot owoc słod 250ml S<br>Ryba na parz 80g S(4)<br>Jarzynka po grecku SD(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Pomidorowa z ryż 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)                  | Kompot owoc słod 250ml S<br>Szpinakowa z ziem 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Gulasz wiep z jarz150g D S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Jabł piecz 150g S<br>Kasza jęczmienna gotow S (1)                                      | Ziemniaki, gotowane w wodzie<br>Pietruszkowa z mak 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Kompot owoc słod 250ml S<br>Bitka schab dusz w sos wł 150g S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>March got 180g D S | Kompot owoc słod 250ml S<br>Ziemniaki, gotowane w wodzie<br>Dyniowa z grzankami 300ml S(1,3,6,7,8,9,10,11)<br>Fil z indyka na parz 80g S(3,6,7,8,9,10,11)<br>Bur na gor 150g S                                                      |
| 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                   | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                        | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                               | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                            | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                                  | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                     | 15:00 Podwieczorek                                                                                                                                                                                                                  |
| Napój jabłkowy                                                                                                                                                                                       | Kaszka manna Wypasiona<br>Mlekovita 150 g S (1, 7)                                                                                                                                                        | Koktajl bananowy 200 ml S (7)                                                                                                                                                                    | Chrupki kukurydziane                                                                                                                                                                          | Koktajl truskawkowy 200ml S (7)                                                                                                                                                                                     | Kisiel z jabł 200ml S                                                                                                                                                                  | Sur z mar i jab na kef 250g 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>Jabł piecz 150g S<br>Pasztecik ciechanowski (1,3,5,6,7,8,9,10,11)                                                         | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Cukinia z pary S 50g<br>Masło ekstra (7)<br>Past z ryb,ser i jaj 65g S(3,4,7)                                                                      | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Kalafior z pary S 50g<br>Kiełbasa kminkowa S (6)                                                                      | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Past z jaj 60g S(3,10)<br>Masło ekstra (7)<br>Brokuł z pary S 50g                                                                      | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Ser gouda<br>Masło ekstra (7)<br>Cukinia z pary S 50g                                                                                                        | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Masło ekstra (7)<br>Kiełbasa krotoszyńska S (6)<br>Kalafior z pary S 50g                                                        | Chleb baltonowski<br>Herbata słod 250ml S<br>Sałata<br>Kiełbasa z fileta/Schinkenwurst S(6)<br>Masło ekstra (7)<br>Pomidor sparzony S 80g                                                                                           |
| 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 kukurydziane                                                                                                                                                                   | Mus owocowy pasteryzowany S                                                                                                                                                                                                         |

| wtorek (2025-09-09)                                                                                                                                          | środa (2025-09-10)                                                                                                                                           | czwartek (2025-09-11)                                                                                                                                        | piątek (2025-09-12)                                                                                                                                          | sobota (2025-09-13)                                                                                                                                          | niedziela (2025-09-14)                                                                                                                                       | poniedziałek (2025-09-15)                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2153</b> = <b>8662</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>25,83</b> %<br>Kcal z białka <b>15,35</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>61,00</b> % | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2062</b> = <b>7687</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>25,25</b> %<br>Kcal z białka <b>14,67</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>61,46</b> % | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2024</b> = <b>8486</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>29,43</b> %<br>Kcal z białka <b>19,56</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>52,74</b> % | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2136</b> = <b>8942</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>27,36</b> %<br>Kcal z białka <b>15,33</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>59,17</b> % | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2143</b> = <b>8633</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>28,30</b> %<br>Kcal z białka <b>14,95</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>58,48</b> % | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2162</b> = <b>7749</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>28,19</b> %<br>Kcal z białka <b>15,00</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>58,49</b> % | <b>Energia:</b><br>Kcal <b>2189</b> = <b>8831</b> kJ<br>Kcal z tłuszczu <b>24,65</b> %<br>Kcal z białka <b>15,15</b> %<br>Kcal z węglowodanów <b>62,54</b> % |