

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-10 wtorek	BOGATOBIŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek homogenizowany 60g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Palczki z kurczaka pieczone 250g Ryż 200g Marchew z groszkiem na gęsto 100g (GLU) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Pomidor 50g	Jabłko 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2939,19 Białko ogółem [g]: 91,25 Tłuszcz [g]: 100,72 Kw. tł. nasycone [g]: 50,21 Węglowodany ogółem [g]: 425,79 W tym cukry [g]: 79,72 Błonnik pokarmowy [g]: 27,83 Sól [g]: 11,80
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek homogenizowany 60g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Palczki z kurczaka gotowane 200g Sos jarzynowy 100ml (SEL) Ryż 200g Marchew gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica Ani 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jabłko pieczone 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2028,01 Białko ogółem [g]: 71,82 Tłuszcz [g]: 50,44 Kw. tł. nasycone [g]: 13,29 Węglowodany ogółem [g]: 329,25 W tym cukry [g]: 79,99 Błonnik pokarmowy [g]: 25,24 Sól [g]: 8,48
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek homogenizowany 60g (BIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml (BIA, GLU, SEL) Palczki z kurczaka pieczone 200g Ryż pełnoziarnisty 200g Marchew z groszkiem na gęsto 100g (GLU) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Pomidor 50g	Jabłko 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2453,61 Białko ogółem [g]: 92,28 Tłuszcz [g]: 77,01 Kw. tł. nasycone [g]: 22,20 Węglowodany ogółem [g]: 360,12 W tym cukry [g]: 44,99 Błonnik pokarmowy [g]: 41,19 Sól [g]: 10,92

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-11 środa	BOGATOBIALKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Papryka konserw. 50g (GOR)	Zupa ogórkowa 300ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 130g (GLU, SEL) Ziemniaki 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Kisiel 150ml	Wart. energetyczna [kcal]: 2939,19 Białko ogółem [g]: 91,25 Tłuszcz [g]: 100,72 Kw. tł. nasycone [g]: 50,21 Węglowodany ogółem [g]: 425,79 W tym cukry [g]: 79,72 Błonnik pokarmowy [g]: 27,83 Sól [g]: 11,80
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Sałata 20g	Zupa ziemniaczana 300ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Kisiel 150ml	Wart. energetyczna [kcal]: 2028,01 Białko ogółem [g]: 71,82 Tłuszcz [g]: 50,44 Kw. tł. nasycone [g]: 13,29 Węglowodany ogółem [g]: 329,25 W tym cukry [g]: 79,99 Błonnik pokarmowy [g]: 25,24 Sól [g]: 8,48
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 60g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Papryka konserw. 50g (GOR)	Zupa ogórkowa 300ml (GLU, SEL) Pieczeń rzymska 100g (GLU, SEL) Ziemniaki 300g Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Pomidor 50g	Kisiel 150ml	Wart. energetyczna [kcal]: 2453,61 Białko ogółem [g]: 92,28 Tłuszcz [g]: 77,01 Kw. tł. nasycone [g]: 22,20 Węglowodany ogółem [g]: 360,12 W tym cukry [g]: 44,99 Błonnik pokarmowy [g]: 41,19 Sól [g]: 10,92

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-12 czwartek	BOGATOBIAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 40g Sałata 10g	Zupa krupnik jęczmienny 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem bolońskim 350g (GLU, JAJ, SEL) Mix warzyw gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет pieczony 50g (GLU, JAJ) Ser biały w plastrach 60g (BIA) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3313,47 Białko ogółem [g]: 123,66 Tłuszcz [g]: 110,50 Kw. tł. nasycone [g]: 56,84 Węglowodany ogółem [g]: 470,39 W tym cukry [g]: 83,88 Błonnik pokarmowy [g]: 34,46 Sól [g]: 12,12
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 70g (SOJ) Pomidor b/s 40g Sałata 10g	Zupa krupnik jęczmienny 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 300g (GLU, JAJ, SEL) Mix warzyw gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser biały w plastrach 70g (BIA) Pomidor b/s 50g	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2168,50 Białko ogółem [g]: 90,75 Tłuszcz [g]: 59,73 Kw. tł. nasycone [g]: 20,75 Węglowodany ogółem [g]: 325,88 W tym cukry [g]: 83,79 Błonnik pokarmowy [g]: 26,05 Sól [g]: 7,76
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 40g Sałata 10g	Zupa krupnik jęczmienny 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem bolońskim 300g (GLU, JAJ, SEL) Mix warzyw gotowanych 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Paszтет pieczony 50g (GLU, JAJ) Ser biały w plastrach 60g (BIA) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2489,71 Białko ogółem [g]: 114,72 Tłuszcz [g]: 76,99 Kw. tł. nasycone [g]: 24,30 Węglowodany ogółem [g]: 352,48 W tym cukry [g]: 50,36 Błonnik pokarmowy [g]: 38,10 Sól [g]: 9,56

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-13 piątek	BOGATO BIAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 50g	Zupa fasolowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem 300g (JAJ, BIA, GLU) Sos owocowy 100ml Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus 50g (ZIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Banan 1szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 3304,11 Białko ogółem [g]: 116,77 Tłuszcz [g]: 106,97 Kw. tł. nasycone [g]: 59,58 Węglowodany ogółem [g]: 480,74 W tym cukry [g]: 127,60 Błonnik pokarmowy [g]: 25,96 Sól [g]: 8,46
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Twarożek z koperkiem 60g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa koperkowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem 300g (JAJ, BIA, GLU) Sos owocowy 100ml Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wieprzowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Banan 1szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2156,39 Białko ogółem [g]: 88,38 Tłuszcz [g]: 51,57 Kw. tł. nasycone [g]: 14,83 Węglowodany ogółem [g]: 342,91 W tym cukry [g]: 118,99 Błonnik pokarmowy [g]: 20,68 Sól [g]: 4,75
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Jajko gotowane 1 szt. (JAJ) Twarożek ze szczypiorkiem 60g (BIA) Pomidor 50g	Zupa fasolowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem 300g (JAJ, BIA, GLU) Sos owocowy 100ml Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Hummus 50g (ZIA) Szynka wieprzowa 50g (SOJ) Ogórek kiszony 50g	Mandarynka 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2357,01 Białko ogółem [g]: 108,77 Tłuszcz [g]: 62,42 Kw. tł. nasycone [g]: 17,45 Węglowodany ogółem [g]: 349,15 W tym cukry [g]: 52,86 Błonnik pokarmowy [g]: 35,41 Sól [g]: 7,09

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-14 sobota	BOGATOBIJAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOI) Serek topiony 50g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR)	Barszcz biały 300ml (BIA, GLU, SEL) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulką 150g (GLU) Ziemniaki 300g Kapusta kiszona gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOI) Serek kanapkowy 50g (BIA) Sałata 20g	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3120,15 Białko ogółem [g]: 104,69 Tłuszcz [g]: 129,24 Kw. tł. nasycone [g]: 67,19 Węglowodany ogółem [g]: 396,25 W tym cukry [g]: 88,04 Błonnik pokarmowy [g]: 31,78 Sól [g]: 9,42
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 70g (SOI) Pomidor b/s 50g	Barszcz biały 300ml (BIA, GLU, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Marchew gotowana 100g Sos pietruszkowy 100ml Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 70g (BIA) Sałata 20g	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2206,07 Białko ogółem [g]: 100,58 Tłuszcz [g]: 70,54 Kw. tł. nasycone [g]: 20,08 Węglowodany ogółem [g]: 306,16 W tym cukry [g]: 89,78 Błonnik pokarmowy [g]: 25,64 Sól [g]: 5,64
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOI) Serek topiony 50g (BIA) Papryka konserwowa 50g (GOR)	Barszcz biały 300ml (BIA, GLU, SEL) Wątróbka drobiowa z jabłkiem i cebulką 150g (GLU) Ziemniaki 300g Kapusta kiszona gotowana 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOI) Serek kanapkowy 50g (BIA) Sałata 20g	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2310,45 Białko ogółem [g]: 107,53 Tłuszcz [g]: 79,65 Kw. tł. nasycone [g]: 25,60 Węglowodany ogółem [g]: 313,79 W tym cukry [g]: 55,88 Błonnik pokarmowy [g]: 39,66 Sól [g]: 8,06

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-15 niedziela	BOGATOBIAŁKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (IAJ, BIA, GOR, SEL)	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, IAJ) Schab pieczony 130g Sos własny 100ml (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 60g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Pomidor 50g	Budyń 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3170,27 Białko ogółem [g]: 116,90 Tłuszcz [g]: 109,78 Kw. tł. nasycone [g]: 55,50 Węglowodany ogółem [g]: 442,94 W tym cukry [g]: 86,52 Błonnik pokarmowy [g]: 29,29 Sól [g]: 10,79
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Sałata 20g	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, IAJ) Schab pieczony 100g Sos własny 100ml (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 60g (BIA) Szynka wiejska 20g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Budyń 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2053,85 Białko ogółem [g]: 91,86 Tłuszcz [g]: 57,91 Kw. tł. nasycone [g]: 21,44 Węglowodany ogółem [g]: 301,47 W tym cukry [g]: 88,88 Błonnik pokarmowy [g]: 19,99 Sól [g]: 7,06
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z ryżem 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser żółty 50g (BIA) Sałatka jarzynowa 100g (IAJ, BIA, GOR, SEL)	Rosół z makaronem 300ml (GLU, SEL, IAJ) Schab pieczony 100g Sos własny 100ml (GLU, SEL) Puree ziemniaczane 300g (BIA) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z ziołami 60g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Pomidor 50g	Budyń b/c 150ml (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2531,98 Białko ogółem [g]: 117,79 Tłuszcz [g]: 83,74 Kw. tł. nasycone [g]: 27,98 Węglowodany ogółem [g]: 343,39 W tym cukry [g]: 42,59 Błonnik pokarmowy [g]: 42,79 Sól [g]: 10,71

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-16 poniedziałek	BOGATO BIAŁKOWA/ BOGATO KALORYCZNA	Kakao 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Serek homogenizowany 60g (BIA) Ogórek zielony 50g	Zupa brokułowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 350g (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Gruszka 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 3348,37 Białko ogółem [g]: 143,81 Tłuszcz [g]: 121,68 Kw. tł. nasycone [g]: 57,07 Węglowodany ogółem [g]: 434,74 W tym cukry [g]: 125,76 Błonnik pokarmowy [g]: 29,65 Sól [g]: 10,00
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kakao 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek homogenizowany 60g (BIA) Pomidor b/s 50g	Zupa brokułowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Makaron z sosem mięsno-warzywnym 300g (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka gotowana 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Gruszka pieczona 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2464,57 Białko ogółem [g]: 126,81 Tłuszcz [g]: 77,10 Kw. tł. nasycone [g]: 21,71 Węglowodany ogółem [g]: 327,87 W tym cukry [g]: 109,34 Błonnik pokarmowy [g]: 24,37 Sól [g]: 7,33
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAIALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kakao 250ml (BIA) Zupa mleczna z pł. jęczmiennymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica Ani 50g (SOJ) Serek homogenizowany 60g (BIA) Ogórek zielony 50g	Zupa brokułowa 300ml (BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą 300g (GLU, SEL) Bukiet jarzyn gotowanych 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Ser topiony 50g (BIA) Szynka gotowana 50g (SOJ) Pomidor 50g	Gruszka 1 szt.	Wart. energetyczna [kcal]: 2631,18 Białko ogółem [g]: 143,49 Tłuszcz [g]: 98,69 Kw. tł. nasycone [g]: 25,16 Węglowodany ogółem [g]: 307,82 W tym cukry [g]: 53,09 Błonnik pokarmowy [g]: 38,07 Sól [g]: 9,99

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	II kolacja	Wartość odżywcza
2026-02-17 wtorek	BOGATO BIAŁKOWA/ BOGATO KALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Serek kanapkowy 50g (BIA) Ogórek kiszony 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, SEL) Kopytka z twarogiem 300g (BIA, GLU, SEL) Sos pieczarkowy 100ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Kefir 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3272,53 Białko ogółem [g]: 128,86 Tłuszcz [g]: 96,55 Kw. tł. nasycone [g]: 49,75 Węglowodany ogółem [g]: 480,91 W tym cukry [g]: 87,61 Błonnik pokarmowy [g]: 24,70 Sól [g]: 8,10
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek kanapkowy 70g (BIA) Sałata 20g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, SEL) Kopytka z twarogiem 300g (BIA, GLU, SEL) Sos owocowy 100ml Surówka z jabłka i marchewki 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 70g (SOJ) Pomidor b/ 50g	Kefir 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2319,36 Białko ogółem [g]: 100,95 Tłuszcz [g]: 57,92 Kw. tł. nasycone [g]: 15,64 Węglowodany ogółem [g]: 356,12 W tym cukry [g]: 92,12 Błonnik pokarmowy [g]: 19,42 Sól [g]: 4,37
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. owsianymi 300ml (BIA, GLU) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Serek kanapkowy 50g (BIA) Ogórek kiszony 50g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, SEL) Kopytka z twarogiem 300g (BIA, GLU, SEL) Sos pieczarkowy 100ml Surówka z białej kapusty 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Polędwica sopocka 50g (SOJ) Ser żółty 50g (BIA) Pomidor 50g	Kefir 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2310,02 Białko ogółem [g]: 128,57 Tłuszcz [g]: 67,39 Kw. tł. nasycone [g]: 19,06 Węglowodany ogółem [g]: 305,08 W tym cukry [g]: 26,41 Błonnik pokarmowy [g]: 29,72 Sól [g]: 12,89

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-18 środa	BOGATOBIALKOWA/ BOGATOKALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Pasta warzywna 70g (GLU, SEL) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Zupa kapuśniak 300ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Gulasz drobiowy 180g (GLU, SEL) Kasz jęczmienna 200g (GLU) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica Ani 50g Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA) Pomidor 50g	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2964,78 Białko ogółem [g]: 110,59 Tłuszcz [g]: 96,83 Kw. tł. nasycone [g]: 52,71 Węglowodany ogółem [g]: 426,18 W tym cukry [g]: 71,83 Błonnik pokarmowy [g]: 33,42 Sól [g]: 11,08
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, GLU, SEL) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Kasz jęczmienna 200g (GLU) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica Ani 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2105,91 Białko ogółem [g]: 89,27 Tłuszcz [g]: 50,83 Kw. tł. nasycone [g]: 13,27 Węglowodany ogółem [g]: 332,81 W tym cukry [g]: 68,32 Błonnik pokarmowy [g]: 26,60 Sól [g]: 5,96
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka wiejska 50g (SOJ) Pasta warzywna 70g (GLU, SEL) Ogórek konserwowy 50g (GOR)	Zupa kapuśniak 300ml (BIA, GLU, SEL, JAJ) Gulasz drobiowy 150g (GLU, SEL) Kasz jęczmienna 200g (GLU) Buraczki gotowane 100g Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Połędwica Ani 50g Pasta jajeczna 60g (JAJ, BIA) Pomidor 50g	Twarożek z truskawkami 100g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2261,21 Białko ogółem [g]: 102,73 Tłuszcz [g]: 62,62 Kw. tł. nasycone [g]: 18,30 Węglowodany ogółem [g]: 339,33 W tym cukry [g]: 53,31 Błonnik pokarmowy [g]: 42,71 Sól [g]: 10,90

		<i>Śniadanie</i>	<i>Obiad</i>	<i>Kolacja</i>	<i>II kolacja</i>	<i>Wartość odżywcza</i>
2026-02-19 czwartek	BOGATO BIAŁKOWA/ BOGATO KALORYCZNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 100g (GLU) Bułka pszenna 80g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z cebulką 100g (BIA) Dżem 50g	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL) Kotlet mielony 130g (GLU, JAJ) Ziemniaki 300g Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Jogurt owocowy 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 3245,33 Białko ogółem [g]: 109,36 Tłuszcz [g]: 122,70 Kw. tł. nasycone [g]: 57,27 Węglowodany ogółem [g]: 443,62 W tym cukry [g]: 58,94 Błonnik pokarmowy [g]: 28,66 Sól [g]: 10,19
	DIETA ŁATWOSTRAWNA	Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (BIA, GLU) Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Chleb pszenny 60g (GLU) Bułka pszenna 60g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z cebulką 100g (BIA) Dżem 50g	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Marchewka gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	Herbata czarna granulowana 250ml Chleb pszenny 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Szynka drobiowa 70g (SOJ) Pomidor b/s 50g	Jogurt owocowy 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 1978,34 Białko ogółem [g]: 75,06 Tłuszcz [g]: 60,95 Kw. tł. nasycone [g]: 19,39 Węglowodany ogółem [g]: 301,20 W tym cukry [g]: 60,57 Błonnik pokarmowy [g]: 22,27 Sól [g]: 7,59
	Z OGRANICZENIEM ŁATWOPRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	Zupa mleczna z zacierką 300ml (BIA, GLU, JAJ) Zupa mleczna z pł. kukurydzianymi 300ml (BIA) Chleb żytni 200g (GLU) Masło 20g (BIA) Twarożek z cebulką 100g (BIA) Pomidor 50g	Zupa grysikowa 300ml (GLU, SEL) Pulpet drobiowy gotowany 100g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU, SEL) Ziemniaki 300g Sałatka szwedzka 100g (GOR) Kompot owocowy b/c 250ml	Herbata czarna granulowana b/c 250ml Chleb graham 150g (GLU) Masło 20g (BIA) Serek topiony 50g (BIA) Szynka drobiowa 50g (SOJ) Ogórek zielony 50g	Jogurt naturalny 125g (BIA)	Wart. energetyczna [kcal]: 2206,33 Białko ogółem [g]: 93,18 Tłuszcz [g]: 75,03 Kw. tł. nasycone [g]: 23,57 Węglowodany ogółem [g]: 315,88 W tym cukry [g]: 24,46 Błonnik pokarmowy [g]: 31,73 Sól [g]: 9,64

Jadłospis przygotowany przez Catering Food4Med