

05.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300ml (GLUTEN, MLEKO) bułka pszenna 80g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), serek wiejski lekki 150g (MLEKO), dżem niskosłodzony 45g, inka 250ml (GLUTEN).	Bułka grahamka 100g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), serek wiejski lekki 150g (MLEKO), rzodkiewka 80g, inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Płatki owsiane na mleku 3,2% 300ml (GLUTEN, MLEKO), bułka pszenna 80g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), serek wiejski lekki 150g (MLEKO), dżem niskosłodzony 45g, inka 250ml (GLUTEN).	Bułka pszenna 100g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), dżem niskosłodzony 45g, ogórek zielony 80g, inka (250ml).
II śniadanie		Gruszka pieczona 110 g		
Obiad	Zupa warzywna z zacierką 300g (GLUTEN, JAJA, SELER), Gulasz z warzywami i ciecierzycą 150g, kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki 150g (MLEKO), mandarynka 80g, kompot 250ml.	Zupa warzywna z zacierką 300g (GLUTEN, JAJA, SELER), Gulasz z warzywami i ciecierzycą 150g, kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki 150g (MLEKO), mandarynka 80g, kompot 250ml.	Zupa warzywna z zacierką 300g (GLUTEN, JAJA, SELER), Gulasz z warzywami 150g, kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki 150g (MLEKO), mus owocowy 100g, kompot 250ml.	Zupa warzywna z zacierką 300g (GLUTEN, JAJA, SELER), Gulasz z warzywami i ciecierzycą 150g, kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki z oliwą 150g, mandarynka 80g, kompot 250ml.
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60 (SOJA), pomidor 90g, herbata 250ml.	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60 (SOJA), pomidor 90g, herbata bez cukru 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60 (SOJA), pomidor bez skóry 90g, herbata 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60 (SOJA), pomidor 90g, herbata 250ml.
II kolacja	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Chrupki kukurydziane 25 g
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2050 kcal, Białko- 83g, Tłuszcze- 76g, kw. tł. Nasy – 25g, Węglowodany- 225g, w tym cukry - 62g, Błonnik pok. – 20g , sól - 8g	Wartość energetyczna -2020 kcal, Białko- 83g, Tłuszcze- 70g, kw. Tł. nasy. – 24, Węglowodany- 251g, w tym cukry - 55g, błonnik pok. – 29 g, sól - 8g	Wartość energetyczna - 2120 kcal, Białko- 83g, Tłuszcze- 67g, kw. tł. Nasy – 24g, Węglowodany- 276g, w tym cukry - 60g, Błonnik pok. – 26g , sól - 8g	Wartość energetyczna - 2000 kcal, Białko- 78g, Tłuszcze- 70g, kw. tł. Nasy – 20g, Węglowodany- 250g, w tym cukry - 50g, Błonnik pok. – 20g , sól - 8g

06.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), pasta jajeczna 100g (JAJA, MLEKO), ogórek kiszony 80g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), pasta jajeczna 100g (JAJA, MLEKO), ogórek kiszony 80g (GORCZYCA), inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Ryż na mleku 300 ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), pasta jajeczna 100g (JAJA, MLEKO), pomidor bez skóry 80g, inka 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, jajko gotowane 100g (JAJA), ogórek kiszony 80g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Maślanka 250 ml (MLEKO)		
Obiad	Krupnik 300g (GLUTEN, MLEKO), ryba pieczona 120g (RYBA), ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty kiszonej 150g, śliwka 60g, kompot 250ml.	Krupnik 300g (GLUTEN, MLEKO), ryba pieczona 120g (RYBA), kasza gryczana na sypko 150g, surówka z kapusty kiszonej 150g, śliwka 60g, kompot 250ml.	Krupnik 300g (GLUTEN, MLEKO), ryba pieczona 120g (RYBA), ziemniaki gotowane 200g, brokuł gotowany 150g, banan 120g, kompot 250ml.	Krupnik niezabielany 300g (GLUTEN), ryba pieczona 120g (RYBA), ziemniaki gotowane 200g, surówka z kapusty kiszonej 150g, śliwka 60g, kompot 250ml.
Kolacja	Duża bułka pszenna 100g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rzodkiewka 70g, herbata 250ml.	Duża bułka grahamka 100g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), twarożek ze szczypiorkiem 80g (MLEKO), rzodkiewka 70g, herbata bez cukru 250ml.	Duża bułka pszenna 100g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), twarożek z ziołami 80g (MLEKO), marchewka gotowana 70g, herbata 250ml.	Duża bułka pszenna 100g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), rzodkiewka 70g, herbata 250ml.
II KOLACJA	Kisiel 250 ml	Kisiel bez cukru 250 ml	Kisiel 250 ml	Kisiel 250 ml
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2080 kcal, Białko- 75g, Tłuszcze- 58g, kw. tł. Nasy – 25g, Węglowodany- 308g, w tym cukry - 72g, Błonnik pok. – 24g , sól - 6g	Wartość energetyczna -2010 kcal, Białko- 86g, Tłuszcze- 62g, kw. Tł. nasy. – 26, Węglowodany- 285g, w tym cukry - 61g, błonnik pok. – 28 g, sól - 8g	Wartość energetyczna - 2050 kcal, Białko- 86g, Tłuszcze- 58g, kw. tł. Nasy – 23g, Węglowodany- 296g, w tym cukry - 65g, Błonnik pok. – 22g , sól - 8g	Wartość energetyczna - 1860 kcal, Białko- 75g, Tłuszcze- 55g, kw. tł. Nasy – 20g, Węglowodany- 268g, w tym cukry - 57g, Błonnik pok. – 22g , sól - 8g

07.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Kluski lane na mleku 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlna 60g (SOJA), papryka czerwona 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlna 60g (SOJA), papryka czerwona 80g, inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Kluski lane na mleku 300ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlna 60g (SOJA), kalafior gotowany 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlna 60 g (SOJA), papryka czerwona 80g, inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Kisiel bez cukru 250 ml		
Obiad	Barszcz czerwony 300g (MLEKO), risotto 350g, jabłko pieczone 120g, kompot 250ml.	Barszcz czerwony 300g (MLEKO), risotto z ryżem brązowym 250g, surówka z ogórków kiszonych 150g, jabłko pieczone 120g, kompot 250ml.	Barszcz czerwony 300g (MLEKO), risotto 350g, jabłko pieczone 120g, kompot 250ml.	Barszcz czerwony niezabielany (300g), risotto 350g, jabłko pieczone 120g, kompot 250ml.
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlna 60g (SOJA), ogórek zielony 70g, herbata 250ml.	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlna 60g (SOJA), ogórek zielony 70g, herbata bez cukru 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlna 60g (SOJA), pomidor bez skóry 70g, herbata 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlna 60g (SOJA), ogórek zielony 70g, herbata 250ml.
II kolacja	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150g (MLEKO)	Sok warzywny 300 ml
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2150 kcal, Białko- 89g, Tłuszcze- 82g, kw. tł. Nasy – 26g, Węglowodany- 269g, w tym cukry - 69g, Błonnik pok. – 23g , sól - 8g	Wartość energetyczna -2160 kcal, Białko- 98g, Tłuszcze- 83g, kw. Tł. nasy. – 26, Węglowodany- 264g, w tym cukry - 65g, błonnik pok. – 25 g, sól - 8g	Wartość energetyczna - 2150 kcal, Białko- 89g, Tłuszcze- 82g, kw. tł. Nasy – 26g, Węglowodany- 269g, w tym cukry - 69g, Błonnik pok. – 23g , sól - 8g	Wartość energetyczna - 2000 kcal, Białko- 87g, Tłuszcze- 80g, kw. tł. Nasy – 26g, Węglowodany- 232g, w tym cukry - 64g, Błonnik pok. – 18g , sól - 8g

08.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), jajko gotowane 100g (AJAJ), ogórek konserwowy 80g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), jajko gotowane 100g (AJAJ), ogórek konserwowy 80g (GORCZYCA), inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Kasza jaglana na mleku 300ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), jajko gotowane 100g (AJAJ), pomidor bez skóry 80g, inka 250ml (MLEKO).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, jajko gotowane 100g (AJAJ), ogórek konserwowy 80g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Sok warzywny 300 ml		
Obiad	Zupa krem z marchwi 300g (MLEKO), kotlet schabowy 150g (GLUTEN, AJAJ), ziemniaki gotowane 200g, buraczki 150g, banan 120g, kompot 250ml.	Zupa krem z marchwi 300g (MLEKO), z pestkami słonecznika 20g, schab pieczony 120g, kasza jęczmienna na sypko 150g (GLUTEN), buraczki 150g, mandarynka 80g, kompot 250ml.	Zupa krem z marchwi 300g (MLEKO), schab pieczony 120g, ziemniaki gotowane 200g, buraczki 150g, banan 120g, kompot 250ml.	Zupa krem z marchwi niezabielany 300g, kotlet schabowy 150g (GLUTEN, AJAJ), ziemniaki gotowane 200g, buraczki 150g, banan 120g, kompot 250ml.
Kolacja	Zapiekany ryż biały na mleku z jabłkiem i cynamonem 250g (MLEKO) z dodatkiem jogurtu 100g (MLEKO), herbata 250 ml.	Zapiekany ryż brązowy na wodzie z jabłkiem i cynamonem 250g z dodatkiem jogurtu 100g (MLEKO), herbata bez cukru 250 ml.	Zapiekany ryż biały na mleku z jabłkiem i cynamonem 250g (MLEKO) z dodatkiem jogurtu 100g (MLEKO), herbata 250 ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), pomidor 70g, herbata 250ml.
II kolacja	Kefir 150 g (MLEKO)	Kefir 150 g (MLEKO)	Kefir 150 g (MLEKO)	Wafle ryżowe 50 g
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2080 kcal, Białko- 75g, Tłuszcze- 58g, kw. tł. Nasy – 25g, Węglowodany- 308g, w tym cukry - 72g, Błonnik pok. – 24g , sól - 6g	Wartość energetyczna -2010 kcal, Białko- 86g, Tłuszcze- 62g, kw. Tł. nasy. – 26, Węglowodany- 285g, w tym cukry - 61g, błonnik pok. – 28 g, sól - 8g	Wartość energetyczna - 2050 kcal, Białko- 86g, Tłuszcze- 58g, kw. tł. Nasy – 23g, Węglowodany- 296g, w tym cukry - 65g, Błonnik pok. – 22g , sól - 8g	Wartość energetyczna - 1860 kcal, Białko- 75g, Tłuszcze- 55g, kw. tł. Nasy – 20g, Węglowodany- 268g, w tym cukry - 57g, Błonnik pok. – 22g , sól - 8g

09.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 300ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), pomidor 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MASŁO), wędlina 60g (SOJA), pomidor 80g, inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Płatki ryżowe na mleku 300ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), pomidor bez skóry 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105 g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), pomidor 80g, inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLEKO)		
Obiad	Zupa z fasolką szparagową 300g (MLEKO), pulpet gotowany 120g (GLUTEN, JAJA) ziemniaki gotowane 200g, surówka z ogórków kiszonych 150g (GORCZYCA), gruszka pieczona 110g, kompot 250ml.	Zupa z fasolką szparagową 300g (MLEKO), pulpet gotowany 120g (GLUTEN, JAJA), kasza pęczak na sypko 150g (GLUTEN), surówka z ogórków kiszonych 150g (GORCZYCA), gruszka pieczona 110g, kompot 250ml.	Zupa z fasolką szparagową 300g (MLEKO), pulpet gotowany 120g (GLUTEN, JAJA), ziemniaki gotowane 200g, warzywa na parze z oliwą 150g, mus owocowy 100g, kompot 250ml.	Zupa z fasolką szparagową niezabielana 300g, pulpet gotowany 120g (GLUTEN, JAJA), ziemniaki gotowane 200g, surówka z ogórków kiszonych 150g (GORCZYCA), gruszka pieczona 110g, kompot 250ml.
Kolacja	Salatka z tuńczykiem, jajkiem, warzywami i ryżem 250g (AJAJ, RYBY, MLEKO), herbata 250ml.	Salatka z tuńczykiem, jajkiem, warzywami i ryżem brązowym 250g (AJAJ, RYBY, MLEKO), herbata 250ml.	Salatka z tuńczykiem, jajkiem, warzywami i ryżem 250g (AJAJ, RYBY, MLEKO), herbata 250ml.	Salatka z tuńczykiem, jajkiem, warzywami i ryżem z oliwą 250g (AJAJ, RYBY), herbata 250ml.
II kolacja	Galaretką 150 g	Galaretką bez cukru 150 g	Galaretką 150 g	Galaretką 150 g
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2050 kcal, Białko- 76g, Tłuszcze- 83g, kw. tł. Nasy – 30g, Węglowodany- 350g, w tym cukry - 78g, Błonnik pok. – 20g , sól - 8g	Wartość energetyczna -2110 kcal, Białko- 83g, Tłuszcze- 86g, kw. Tł. nasy. – 30, Węglowodany- 250g, w tym cukry - 75g, błonnik pok. – 25 g, sól - 8g	Wartość energetyczna - 2100 kcal, Białko- 82g, Tłuszcze- 60g, kw. tł. Nasy – 25g, Węglowodany- 310g, w tym cukry - 78g, Błonnik pok. – 20g , sól - 8g	Wartość energetyczna - 2000 kcal, Białko- 70g, Tłuszcze- 81g, kw. tł. Nasy – 27g, Węglowodany- 250g, w tym cukry - 78g, Błonnik pok. – 20g , sól - 8g

Lista Alergenów:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, pszenica orkisz, lub ich odmiany hybrydowe) oraz produkty pochodne.
2. Skorupiaki i produkty pochodne.
3. Jaja i produkty pochodne.
4. Ryby i produkty pochodne.
5. Orzeszki ziemne (orzeszki arachidowe) i produkty pochodne.
6. Soja i produkty pochodne.
7. Mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą).
8. Orzechy, tj. migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzechy pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzech pistacjowy, orzechy makadamia i produkty pochodne.
9. Seler i produkty pochodne.
10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne.