

28.02.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), papryka czerwona 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), papryka czerwona 80g, inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Płatki ryżowe na mleku 300 ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), kalafior gotowany 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), papryka czerwona 80g, inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Budyń bez cukru 250 ml (MLEKO)		
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300g (MLEKO), makaron gotowany 200g (GLUTEN), sos spaghetti z mięsem mielonym i warzywami 200g, banan 120g, kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300g (MLEKO), makaron razowy gotowany 150g (GLUTEN), sos spaghetti z mięsem mielonym i warzywami 200g, gruszka pieczona 120g, kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300g (MLEKO), makaron gotowany 200g (GLUTEN), sos spaghetti z mięsem mielonym i warzywami 200g, banan 120g, kompot 250ml.	Zupa kalafiorowa z ziemniakami niezabielana 300g, makaron gotowany 200g (GLUTEN), sos spaghetti z mięsem mielonym i warzywami 200g, banan 120g, 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	Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 150g (MLEKO)	Serek homogenizowany naturalny 150 g (MLEKO)	Mus owocowy 100 g
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2150 kcal, Białko- 98g, Tłuszcze- 64g, kw. tł. Nasy – 23g, Węglowodany- 290g, w tym cukry - 69g, Błonnik pok. – 23g , sól - 7g	Wartość energetyczna -2150 kcal, Białko- 98g, Tłuszcze- 68g, kw. Tł. nasy. – 23, Węglowodany- 287g, w tym cukry - 65g, błonnik pok. – 27 g, sól - 7g	Wartość energetyczna - 2150 kcal, Białko- 98g, Tłuszcze- 64g, kw. tł. Nasy – 23g, Węglowodany- 290g, w tym cukry - 69g, Błonnik pok. – 23g , sól - 7g	Wartość energetyczna - 1850 kcal, Białko- 75g, Tłuszcze- 53g, kw. tł. Nasy – 18g, Węglowodany- 266g, w tym cukry - 74g, Błonnik pok. – 22g , sól - 7g

01.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Makaron na mleku (GLUTEN, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), parówki na gorąco 100g (SOJA), ketchup 25g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), parówki na gorąco 100g (SOJA), ketchup 25g, inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Makaron na mleku (GLUTEN, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), parówki na gorąco 100g (SOJA), ketchup 25g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g, margaryna miękka 15g, parówki na gorąco 100g (SOJA), ketchup 25g, inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Gruszka pieczona 110 g		
Obiad	Barszcz biały 300g (MLEKO), schab w sosie koperkowym 150g (GLUTEN, MLEKO), kasza jęczmienna na sypko 150g (GLUTEN), fasolka szparagowa gotowana 150g, mandarynka 80g, kompot 250 ml.	Barszcz biały 300g (MLEKO), schab w sosie koperkowym 150g (GLUTEN, MLEKO), kasza jęczmienna na sypko 150g (GLUTEN), fasolka szparagowa gotowana 150g, mandarynka 80g, kompot 250 ml.	Barszcz biały 300g (MLEKO), schab w sosie koperkowym 150g (GLUTEN, MLEKO), kasza jęczmienna na sypko 150g (GLUTEN), fasolka szparagowa gotowana 150g, jabłko pieczone 120g, kompot 250ml.	Barszcz biały 300g, schab w sosie koperkowym niezabielany 150g (GLUTEN), kasza jęczmienna na sypko 150g (GLUTEN), fasolka szparagowa gotowana 150g, mandarynka 80g, kompot 250 ml.
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), ogórek zielony 70g, herbata 250ml.	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), ogórek zielony 80g, herbata bez cukru 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), kalafior gotowany 80g, herbata 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), ogórek zielony 70g, herbata 250ml.
II KOLACJA	Kefir 250 ml (MLEKO)	Kefir 250 ml (MLEKO)	Kefir 250 ml (MLEKO)	Gruszka pieczona 110 g
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2130 kcal, Białko- 99g, Tłuszcze- 72g, kw. tł. Nasy – 21g, Węglowodany- 271g, w tym cukry - 62g, Błonnik pok. – 26g , sól - 8g	Wartość energetyczna -2010 kcal, Białko- 91g, Tłuszcze- 68g, kw. Tł. nasy. – 21, Węglowodany- 259g, w tym cukry - 55g, błonnik pok. – 29 g, sól - 7g	Wartość energetyczna - 2130 kcal, Białko- 99g, Tłuszcze- 72g, kw. tł. Nasy – 21g, Węglowodany- 271g, w tym cukry - 62g, Błonnik pok. – 26g , sól - 8g	Wartość energetyczna - 1950 kcal, Białko- 83g, Tłuszcze- 63g, kw. tł. Nasy – 18g, Węglowodany- 258g, w tym cukry - 45g, Błonnik pok. – 27g , sól - 7g

02.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), pasta jajeczna 100g (JAJA, MLEKO), ogórek konserwowy 70g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), pasta jajeczna 100g (JAJA, MLEKO), ogórek konserwowy 70g (GORCZYCA), inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Płatki kukurydziane na mleku 300 ml (MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), pasta jajeczna 100g (JAJA, MLEKO), kalafior gotowany 70g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, jajko gotowane 150g (JAJA), ogórek konserwowy 70g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Sok warzywny 300 ml		
Obiad	Zupa jarzynowa 300g (MLEKO, SELER), łazanki 300g (GLUTEN, JAJA), śliwka 60g, kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300g (MLEKO, SELER), gulasz z warzywami 150g (GLUTEN), kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki 150g (MLEKO), śliwka 60g, kompot 250ml.	Zupa jarzynowa 300g (MLEKO, SELER), gulasz z warzywami 150g (GLUTEN), kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki 150g (MLEKO), mus owocowy 100g, kompot 250ml.	Zupa jarzynowa niezabielana 300g (SELER), gulasz z warzywami 150g (GLUTEN), kasza bulgur na sypko 150g (GLUTEN), surówka z marchewki z oliwą 150g, śliwka 60g, kompot 250ml.
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), ser żółty 60g (MLEKO), pomidor 80g, herbata 250ml.	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), pomidor 80g, herbata bez cukru 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), pomidor bez skóry 80g, herbata 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), pomidor 80g, herbata 250ml.
II kolacja	Jogurt naturalny 150 g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150 g (MLEKO)	Jogurt naturalny 150 g (MLEKO)	Mus owocowy 100 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

03.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), ogórek kiszony 80g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), ogórek kiszony 80g (GORCZYCA), inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Kasza manna na mleku 300g (GLUTEN, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), brokuł gotowany 80g, inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), ogórek kiszony 80g (GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Budyń bez cukru 250 ml (MLEKO)		
Obiad	Zupa koperkowa 300g (MLEKO), karkówka pieczona 120g (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g, marchewka z groszkiem 150g (GLUTEN), jabłko pieczone 110g, kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300g (MLEKO), karkówka pieczona 120g (GLUTEN), kasza jęczmienna pęczak na sypko 150g (GLUTEN), marchewka z groszkiem 150g (GLUTEN), jabłko pieczone 110g, kompot 250ml.	Zupa koperkowa 300g (MLEKO), karkówka pieczona 120g (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g, marchewka duszona 120g (GLUTEN), jabłko pieczone 110g, kompot 250ml.	Zupa koperkowa niezabielana 300g, karkówka pieczona 120g (GLUTEN), ziemniaki gotowane 200g, marchewka z groszkiem 150g (GLUTEN), jabłko pieczone 110g, kompot 250ml.
Kolacja	Racuchy z jabłkiem smażone 190g (GLUTEN, JAJA, MLEKO) i cukrem pudrem 10g, herbata 250ml.	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), papryka czerwona 70g, herbata bez cukru 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), kalafior gotowany 70g, herbata 250ml.	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), papryka czerwona 80g, 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

04.03.2026	Ogólna	Cukrzycowa	Łatwostrawna	Ogólna b/m
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), sałatka jarzynowa 80g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).	Chleb razowy 105g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), sałatka jarzynowa 80g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), inka bez cukru 250ml (GLUTEN).	Zacierka na mleku 300 ml (GLUTEN, JAJA, MLEKO), chleb mieszany pszenno-żytni 75g (GLUTEN), masło extra 15g (MLEKO), wędlina 60g (SOJA), sałatka jarzynowa 80g (JAJA, MLEKO, GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).	Chleb mieszany pszenno-żytni 105g (GLUTEN), margaryna miękka 15g, wędlina 60g (SOJA), sałatka jarzynowa bez jogurtu 80g (JAJA, GORCZYCA), inka 250ml (GLUTEN).
II śniadanie		Serek wiejski lekki 150 g (MLEKO)		
Obiad	Zupa krem z jasnych warzyw 300g (MLEKO, SELER), gołąbki w sosie pomidorowym 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), ziemniaki gotowane 200g, gruszka pieczona 120g, kompot 250ml.	Zupa krem z jasnych warzyw 300g (MLEKO, SELER), gołąbki w sosie pomidorowym 200g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), kasza gryczana na sypko 150g, gruszka pieczona 120g, kompot 250ml.	Zupa krem z jasnych warzyw 300g (MLEKO, SELER), gołąbki w sosie pomidorowym bez zawijania 150g (GLUTEN, JAJA, MLEKO), bukiet warzyw na parze 150g, ziemniaki gotowane 200g, banan 120g, kompot 250ml.	Zupa krem z jasnych warzyw niezabielana 300g (SELER), gołąbki w sosie pomidorowym niezabielanym 200g (GLUTEN, JAJA), ziemniaki gotowane 200g, gruszka pieczona 120g, kompot 250ml.
Kolacja	Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 250g (MLEKO), jogurt naturalny 100g (MLEKO), herbata 250ml.	Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 250g (MLEKO), jogurt naturalny 150g (MLEKO), herbata bez cukru 250ml.	Owsianka z jabłkiem pieczonym i cynamonem 250g (MLEKO), jogurt naturalny 100g (MLEKO), herbata 250ml.	Naleśniki z jabłkiem pieczonym i cynamonem 250g (GLUTEN, JAJA), herbata 250ml.
II kolacja	Galaretką 150 g	Galaretką bez cukru 150 g	Galaretką 150 g	Galaretką 150 g
Energia i wartości odżywcze	Wartość energetyczna - 2000 kcal, Białko- 80g, Tłuszcze- 64g, kw. tł. Nasy – 20g, Węglowodany- 275g, w	Wartość energetyczna -2000 kcal, Białko- 94g, Tłuszcze- 67g, kw. Tł. nasy. – 21, Węglowodany- 255g, w tym cukry - 55g, błonnik pok. – 29 g, sól - 6g	Wartość energetyczna - 2000 kcal, Białko- 80g, Tłuszcze- 64g, kw. tł. Nasy – 20g, Węglowodany- 275g, w tym cukry - 65g, Błonnik pok. – 25g , sól – 6g	Wartość energetyczna - 1850 kcal, Białko- 63g, Tłuszcze- 57g, kw. tł. Nasy – 20g, Węglowodany- 263g, w tym cukry - 65g, Błonnik pok. – 22g , sól - 6g

	tym cukry - 65g, Błonnik pok. – 25g , sól – 6g			
--	---	--	--	--

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.