

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	
	II ś		Kisiel z tartym jabłkiem	jabłka krajowe			Kisiel z tartym jabłkiem
	Obiad	Zupa ryżowa (SEL) Leczo mięsno-warzywne (GLU, SOJ) Kasza jęczmienna O (GLU) Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa (SEL) Bitka ze schabu gotowanego (SEL) Sos pomidorowy (GLU) Kasza jęczmienna O (GLU) Puree z marchewki i kalafiora Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa brązowy (SEL) Bitka ze schabu gotowanego (SEL) Kasza jęczmienna O (GLU) Kalafior gotowany Herbata	Zupa ryżowa (SEL) Bitka z szynki gotowanej (SEL) Sos pomidorowy (GLU) Kasza jęczmienna O (GLU) Kalafior gotowany Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa (SEL) Bitka ze schabu gotowanego (SEL) Kasza jęczmienna O (GLU) Puree z marchewki i kalafiora Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa (SEL) Bitka ze schabu gotowanego (SEL) Sos pomidorowy (GLU) ziemniaki średnie Puree z marchewki i kalafiora Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj 1 (JAJ, MLE, SEL, GOR) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy papryka czerwona Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	Jabłko pieczone	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)			Jabłko pieczone
		Wart. en.: 2175.78 kcal; Białko: 91.96 g; Tłuszcze: 74.17 g; Kw.tł.nas.og.: 32.07 g; Węglowodany og.: 297.31 g; cukry: 47.34 g; Sód: 2749.25 mg; Błonnik: 23.28 g;	Wart. en.: 2110.56 kcal; Białko: 93.96 g; Tłuszcze: 55.84 g; Kw.tł.nas.og.: 28.59 g; Węglowodany og.: 318.21 g; cukry: 61.29 g; Sód: 2593.57 mg; Błonnik: 29.45 g;	Wart. en.: 1798.54 kcal; Białko: 78.59 g; Tłuszcze: 51.36 g; Kw.tł.nas.og.: 26.41 g; Węglowodany og.: 270.17 g; cukry: 33.72 g; Sód: 2322.88 mg; Błonnik: 28.56 g;	Wart. en.: 2111.16 kcal; Białko: 90.74 g; Tłuszcze: 59.01 g; Kw.tł.nas.og.: 30.62 g; Węglowodany og.: 320.71 g; cukry: 64.94 g; Sód: 2626.52 mg; Błonnik: 31.90 g;	Wart. en.: 2120.33 kcal; Białko: 102.72 g; Tłuszcze: 59.98 g; Kw.tł.nas.og.: 30.81 g; Węglowodany og.: 307.51 g; cukry: 59.41 g; Sód: 2707.84 mg; Błonnik: 28.92 g;	Wart. en.: 2074.58 kcal; Białko: 94.36 g; Tłuszcze: 52.79 g; Kw.tł.nas.og.: 27.89 g; Węglowodany og.: 320.29 g; cukry: 62.69 g; Sód: 2509.79 mg; Błonnik: 29.17 g;

2026-10-06 wtorek

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-06 wtorek	Śniadanie	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa 75% mięsa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa 75% mięsa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa 75% mięsa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa 75% mięsa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe papryka czerwona Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) serek śmietankowy naturalny (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa 75% mięsa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa 75% mięsa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II ś		Budyń (<i>MLE</i>)	jabłka krajowe		Budyń (<i>MLE</i>)	Budyń (<i>MLE</i>)
	Obiad	Zupa pieczarkowa (<i>SEL</i>) Roladki drobiowe ze szpinakiem (<i>MLE</i>) ziemniaki średnie surówka z czerwonej kapusty Kompot jabłkowy	Zupa grysikowa (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany (<i>SEL</i>) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	Zupa pieczarkowa (<i>SEL</i>) Filet drobiowy gotowany (<i>SEL</i>) ziemniaki średnie surówka z czerwonej kapusty Kompot jabłkowy		Zupa grysikowa (<i>GLU, SEL</i>) Filet drobiowy gotowany (<i>SEL</i>) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 80% mięsa (<i>MLE</i>) Ryż z musem jabłkowym (<i>MLE</i>) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (<i>MLE</i>) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 80% mięsa (<i>MLE</i>) pomidor szklarniowy Ryż z musem jabłkowym (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem (<i>MLE</i>) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 80% mięsa (<i>MLE</i>) pomidor szklarniowy Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) szynka drobiowa 80% mięsa (<i>MLE</i>) pomidor szklarniowy Ryż z musem jabłkowym (<i>MLE</i>) Kawa z mlekiem (<i>MLE</i>) Herbata		
	Pn	jogurt naturalny (<i>MLE</i>)	Galaretka z tartym jabłkiem	jogurt naturalny (<i>MLE</i>)			Galaretka z tartym jabłkiem
		Wart. en.: 2329.55 kcal; Białko: 108.50 g; Tłuszcze: 58.83 g; Kw.tł.nas.og.: 30.28 g; Węglowodany og.: 335.64 g; cukry: 64.38 g; Sód: 2580.05 mg; Błonnik: 28.39 g;	Wart. en.: 2462.28 kcal; Białko: 112.86 g; Tłuszcze: 57.73 g; Kw.tł.nas.og.: 30.83 g; Węglowodany og.: 338.48 g; cukry: 67.00 g; Sód: 2632.37 mg; Błonnik: 30.92 g;	Wart. en.: 1709.49 kcal; Białko: 83.97 g; Tłuszcze: 45.15 g; Kw.tł.nas.og.: 22.47 g; Węglowodany og.: 255.01 g; cukry: 46.09 g; Sód: 2378.28 mg; Błonnik: 26.88 g;	Wart. en.: 2415.26 kcal; Białko: 108.70 g; Tłuszcze: 57.64 g; Kw.tł.nas.og.: 29.07 g; Węglowodany og.: 372.91 g; cukry: 69.08 g; Sód: 2444.12 mg; Błonnik: 40.14 g;	Wart. en.: 2566.33 kcal; Białko: 119.91 g; Tłuszcze: 65.85 g; Kw.tł.nas.og.: 35.68 g; Węglowodany og.: 379.12 g; cukry: 72.65 g; Sód: 2600.03 mg; Błonnik: 30.77 g;	Wart. en.: 2462.28 kcal; Białko: 112.86 g; Tłuszcze: 57.73 g; Kw.tł.nas.og.: 30.83 g; Węglowodany og.: 338.48 g; cukry: 67.00 g; Sód: 6732.37 mg; Błonnik: 30.92 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-07 środa	Śniadanie	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	
	II ś		Kisiel z tartym jabłkiem	jabłka krajowe		kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem
	Obiad	Zupa ogórkowa (MLE, SEL) Zrazik w jarzynach (GLU, JAJ, SEL) Kasza gryczana Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa (SEL) Zrazik w jarzynach (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki Kompot jabłkowy	Zupa ogórkowa (MLE, SEL) Zrazik w jarzynach (GLU, JAJ, SEL) Kasza gryczana Herbata	Zupa ogórkowa (MLE, SEL) Zrazik w jarzynach (GLU, JAJ, SEL) Kasza gryczana Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa (SEL) Zrazik w jarzynach (GLU, JAJ, SEL) Ziemniaki Kompot jabłkowy	Zupa ryżowa (SEL) Zrazik w jarzynach (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z makreli (JAJ, RYB, GOR) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy papryka czerwona Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	jabłka krajowe	Jabłko pieczone	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)		jogurt naturalny (MLE)	Jabłko pieczone
		Wart. en.: 2117.67 kcal; Białko: 91.09 g; Tłuszcze: 68.67 g; Kw.tł.nas.og.: 30.00 g; Węglowodany og.: 299.29 g; cukry: 54.00 g; Sód: 2557.25 mg; Błonnik: 30.67 g;	Wart. en.: 2030.39 kcal; Białko: 87.13 g; Tłuszcze: 56.44 g; Kw.tł.nas.og.: 28.71 g; Węglowodany og.: 303.81 g; cukry: 62.62 g; Sód: 2675.97 mg; Błonnik: 28.17 g;	Wart. en.: 1842.62 kcal; Białko: 78.47 g; Tłuszcze: 54.19 g; Kw.tł.nas.og.: 27.02 g; Węglowodany og.: 275.58 g; cukry: 38.14 g; Sód: 2613.08 mg; Błonnik: 30.03 g;	Wart. en.: 2149.23 kcal; Białko: 93.43 g; Tłuszcze: 61.89 g; Kw.tł.nas.og.: 31.11 g; Węglowodany og.: 322.69 g; cukry: 68.61 g; Sód: 2775.74 mg; Błonnik: 39.02 g;	Wart. en.: 2055.49 kcal; Białko: 98.11 g; Tłuszcze: 61.91 g; Kw.tł.nas.og.: 32.22 g; Węglowodany og.: 289.72 g; cukry: 55.58 g; Sód: 2708.84 mg; Błonnik: 25.52 g;	Wart. en.: 2122.82 kcal; Białko: 89.35 g; Tłuszcze: 56.56 g; Kw.tł.nas.og.: 28.72 g; Węglowodany og.: 329.22 g; cukry: 61.67 g; Sód: 2606.46 mg; Błonnik: 29.92 g;

2026-10-08 czwartek	Śniadanie	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) ser żółty 45% (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa 80% mięsa (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe szynka drobiowa 80% mięsa (MLE) Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy szynka drobiowa 80% mięsa (MLE) papryka czerwona Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy szynka drobiowa 80% mięsa (MLE) Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa 80% mięsa (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II ś		Kasza manna na mleku (GLU, MLE)	Kasza manna na mleku (GLU, MLE)			Kasza manna na mleku (GLU, MLE)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem (SEL) Kotlet drobiowy (JAJ) ziemniaki średnie surówka z białej kapusty Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z ryżem (SEL) Pulpet z fileta drobiowego (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie Puree z marchewki i kalafiora Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z braz.ryżem (SEL) Pulpet z fileta drobiowego (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie surówka z białej kapusty Herbata	Zupa pomidorowa z braz.ryżem (SEL) Pulpet z fileta drobiowego (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie surówka z białej kapusty Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z ryżem (SEL) Pulpet z fileta drobiowego (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie Puree z marchewki i kalafiora Kompot jabłkowy	
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata
	Pn	Koktajl owocowy (MLE)					
		Wart. en.: 2319.56 kcal; Białko: 91.14 g; Tłuszcze: 90.55 g; Kw.tł.nas.og.: 38.00 g; Węglowodany og.: 297.85 g; cukry: 56.01 g; Sód: 2212.32 mg; Błonnik: 25.38 g;	Wart. en.: 2347.36 kcal; Białko: 108.79 g; Tłuszcze: 62.57 g; Kw.tł.nas.og.: 34.03 g; Węglowodany og.: 332.42 g; cukry: 62.45 g; Sód: 2535.87 mg; Błonnik: 29.35 g;	Wart. en.: 1855.33 kcal; Białko: 75.31 g; Tłuszcze: 53.09 g; Kw.tł.nas.og.: 26.31 g; Węglowodany og.: 284.24 g; cukry: 43.13 g; Sód: 2471.25 mg; Błonnik: 29.80 g;	Wart. en.: 2175.24 kcal; Białko: 90.82 g; Tłuszcze: 60.84 g; Kw.tł.nas.og.: 30.42 g; Węglowodany og.: 323.78 g; cukry: 68.61 g; Sód: 2630.79 mg; Błonnik: 39.43 g;	Wart. en.: 2096.09 kcal; Białko: 90.47 g; Tłuszcze: 55.06 g; Kw.tł.nas.og.: 29.91 g; Węglowodany og.: 325.39 g; cukry: 66.71 g; Sód: 2753.49 mg; Błonnik: 30.74 g;	Wart. en.: 2347.36 kcal; Białko: 108.79 g; Tłuszcze: 62.57 g; Kw.tł.nas.og.: 34.03 g; Węglowodany og.: 332.42 g; cukry: 62.45 g; Sód: 2535.87 mg; Błonnik: 29.35 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-09 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II Ś		Budyń (MLE)	Budyń (MLE)			Budyń (MLE)
	Obiad	Zupa kalafiorowa (GLU, SEL) Filet z dorsza pieczony (RYB) ziemniaki średnie Surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, GOR) Kompot jabłkowy	Zupa grysikowa (GLU, SEL) Filet rybny gotowany (RYB, SEL) ziemniaki średnie Puree z marchewki i brokuła Kompot jabłkowy	Zupa kalafiorowa (GLU, SEL) Filet z dorsza pieczony (RYB) ziemniaki średnie Surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, GOR) Herbata	Zupa kalafiorowa (GLU, SEL) Filet z dorsza pieczony (RYB) ziemniaki średnie Surówka z kapusty pekińskiej (JAJ, GOR) Kompot jabłkowy	Zupa grysikowa (GLU, SEL) Filet rybny gotowany (RYB, SEL) ziemniaki średnie Puree z marchewki i brokuła Kompot jabłkowy	
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) pomidor szklarniowy Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) pomidor szklarniowy papryka czerwona Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	jabłka krajowe	Jabłko pieczone	jabłka krajowe		jogurt naturalny (MLE)	Jabłko pieczone
		Wart. en.: 2107.66 kcal; Białko: 91.04 g; Tłuszcze: 65.79 g; Kw.tł.nas.og.: 27.98 g; Węglowodany og.: 301.12 g; cukry: 57.08 g; Sód: 2374.76 mg; Błonnik: 27.59 g;	Wart. en.: 2083.20 kcal; Białko: 98.07 g; Tłuszcze: 54.13 g; Kw.tł.nas.og.: 29.79 g; Węglowodany og.: 305.44 g; cukry: 62.13 g; Sód: 2229.91 mg; Błonnik: 28.66 g;	Wart. en.: 1912.76 kcal; Białko: 75.72 g; Tłuszcze: 61.35 g; Kw.tł.nas.og.: 25.77 g; Węglowodany og.: 277.98 g; cukry: 42.09 g; Sód: 2436.99 mg; Błonnik: 27.77 g;	Wart. en.: 2233.77 kcal; Białko: 98.38 g; Tłuszcze: 69.46 g; Kw.tł.nas.og.: 29.91 g; Węglowodany og.: 308.93 g; cukry: 68.58 g; Sód: 2545.11 mg; Błonnik: 37.74 g;	Wart. en.: 2037.57 kcal; Białko: 100.35 g; Tłuszcze: 54.56 g; Kw.tł.nas.og.: 30.31 g; Węglowodany og.: 299.40 g; cukry: 57.58 g; Sód: 2366.61 mg; Błonnik: 25.68 g;	Wart. en.: 2083.20 kcal; Białko: 98.07 g; Tłuszcze: 54.13 g; Kw.tł.nas.og.: 29.79 g; Węglowodany og.: 305.44 g; cukry: 62.13 g; Sód: 2329.91 mg; Błonnik: 28.66 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-10 sobota	Śniadanie	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana sałata masłowa ogórki szklarniowe pomidor szklarniowy Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II Ś		Kasza manna na mleku (GLU, MLE)	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	jabłka krajowe	Kasza manna na mleku (GLU, MLE)	
	Obiad	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty (SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem d (GLU, JAJ) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka (SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem d (GLU, JAJ) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty (SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem d (GLU, JAJ) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem C Herbata	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty (SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem d (GLU, JAJ) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka (SEL) Pieczeń rzymska z jajkiem d (GLU, JAJ) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata		chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy papryka czerwona Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	jogurt naturalny (MLE)	Gruszka pieczona	jogurt naturalny (MLE)			
	Wart. en.: 2093.49 kcal; Białko: 87.73 g; Tłuszcze: 63.38 g; Kw.tł.nas.og.: 31.19 g; Węglowodany og.: 305.45 g; cukry: 56.88 g; Sód: 2436.55 mg; Błonnik: 25.40 g;	Wart. en.: 2279.46 kcal; Białko: 98.15 g; Tłuszcze: 64.55 g; Kw.tł.nas.og.: 32.23 g; Węglowodany og.: 320.94 g; cukry: 69.63 g; Sód: 2204.55 mg; Błonnik: 28.83 g;	Wart. en.: 1855.67 kcal; Białko: 76.02 g; Tłuszcze: 56.45 g; Kw.tł.nas.og.: 28.12 g; Węglowodany og.: 273.65 g; cukry: 36.84 g; Sód: 2506.42 mg; Błonnik: 25.46 g;	Wart. en.: 2186.23 kcal; Białko: 87.24 g; Tłuszcze: 61.73 g; Kw.tł.nas.og.: 30.51 g; Węglowodany og.: 326.83 g; cukry: 70.56 g; Sód: 2614.42 mg; Błonnik: 39.89 g;	Wart. en.: 2332.62 kcal; Białko: 107.58 g; Tłuszcze: 68.91 g; Kw.tł.nas.og.: 34.60 g; Węglowodany og.: 330.62 g; cukry: 71.11 g; Sód: 2517.51 mg; Błonnik: 25.96 g;	Wart. en.: 2279.46 kcal; Białko: 98.15 g; Tłuszcze: 64.55 g; Kw.tł.nas.og.: 32.23 g; Węglowodany og.: 320.94 g; cukry: 69.63 g; Sód: 2304.55 mg; Błonnik: 28.83 g;	

	Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-11 niedziela	Śniadanie	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy papryka czerwona Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II Ś		Budyń (MLE)	jablka krajowe	Budyń (MLE)	
	Obiad	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (GLU, SEL) Zraz ze schabu duszony z cebulą i papryką (GOR) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (GLU, SEL) Zraz ze schabu gotowany Sos koperkowy ziemniaki średnie Surówka z marchwi i jabłka Herbata	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (GLU, SEL) Zraz ze schabu gotowany Sos koperkowy ziemniaki średnie Surówka z marchwi i jabłka Kompot jabłkowy	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną (GLU, SEL) Zraz ze schabu gotowany Sos koperkowy (GLU, MLE) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)		Kisiel z tartym jabłkiem
		Wart. en.: 1956.37 kcal; Białko: 94.15 g; Tłuszcze: 53.80 g; Kw.tł.nas.og.: 28.77 g; Węglowodany og.: 286.97 g; cukry: 49.15 g; Sód: 2430.60 mg; Błonnik: 25.23 g;	Wart. en.: 2160.42 kcal; Białko: 99.01 g; Tłuszcze: 56.82 g; Kw.tł.nas.og.: 30.52 g; Węglowodany og.: 320.53 g; cukry: 67.54 g; Sód: 2518.64 mg; Błonnik: 25.72 g;	Wart. en.: 1779.87 kcal; Białko: 73.93 g; Tłuszcze: 47.75 g; Kw.tł.nas.og.: 24.07 g; Węglowodany og.: 278.23 g; cukry: 45.77 g; Sód: 2518.64 mg; Błonnik: 28.55 g;	Wart. en.: 2148.16 kcal; Białko: 90.36 g; Tłuszcze: 56.46 g; Kw.tł.nas.og.: 28.75 g; Węglowodany og.: 327.24 g; cukry: 66.49 g; Sód: 2642.36 mg; Błonnik: 38.03 g;	Wart. en.: 2175.64 kcal; Białko: 108.21 g; Tłuszcze: 60.26 g; Kw.tł.nas.og.: 32.48 g; Węglowodany og.: 313.38 g; cukry: 62.56 g; Sód: 2709.92 mg; Błonnik: 25.41 g;
		Wart. en.: 2160.42 kcal; Białko: 99.01 g; Tłuszcze: 56.82 g; Kw.tł.nas.og.: 30.52 g; Węglowodany og.: 320.53 g; cukry: 67.54 g; Sód: 2518.64 mg; Błonnik: 25.72 g;				

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) Twaróg ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) Twaróg ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) Twaróg ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa ogórek szklarniowy Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb żytni (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) Twaróg ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa ogórki szklarniowe jabłka krajowe Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) Twaróg ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	makaron na mleku (<i>GLU, MLE</i>) chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) Twaróg ze szczypiorkiem (<i>MLE</i>) kielbasa szynkowa (<i>MLE, SEL</i>) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II Ś		Kasza manna na mleku (<i>GLU, MLE</i>)	jabłka krajowe		Kasza manna na mleku (<i>GLU, MLE</i>)	
	Obiad	Zupa buraczkowa (<i>SEL</i>) Fasolka po bretońsku (<i>GLU, SOJ</i>) Ziemniaki Surówka z marchwi i jabłka Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa (<i>SEL</i>) Gulasz wieprzowy Dieta (<i>GLU</i>) ziemniaki średnie Puree z marchewki i brokuła Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa (<i>SEL</i>) Gulasz wieprzowy Dieta (<i>GLU</i>) Ziemniaki Surówka z marchwi i jabłka Herbata	Zupa buraczkowa (<i>SEL</i>) Gulasz wieprzowy Dieta (<i>GLU</i>) Ziemniaki Surówka z marchwi i jabłka Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa (<i>SEL</i>) Gulasz wieprzowy Dieta (<i>GLU</i>) Ziemniaki Puree z marchewki i brokuła Kompot jabłkowy	Zupa buraczkowa (<i>SEL</i>) Gulasz wieprzowy Dieta (<i>GLU</i>) ziemniaki średnie Puree z marchewki i brokuła Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa zielonogórska (<i>SOJ</i>) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (<i>MLE</i>) Herbata		chleb żytni (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa zielonogórska (<i>SOJ</i>) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa zielonogórska (<i>SOJ</i>) pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (<i>MLE</i>) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (<i>GLU</i>) masło 82% (<i>MLE</i>) kielbasa zielonogórska (<i>SOJ</i>) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (<i>MLE</i>) Herbata	
	Pn	jogurt naturalny (<i>MLE</i>)	Galaretka z tartym jabłkiem	jogurt naturalny (<i>MLE</i>)			Galaretka z tartym jabłkiem
		Wart. en.: 2472.00 kcal; Białko: 112.22 g; Tłuszcze: 80.83 g; Kw.tł.nas.og.: 33.44 g; Węglowodany og.: 344.03 g; cukry: 65.94 g; Sód: 2723.28 mg; Błonnik: 39.86 g;	Wart. en.: 2332.18 kcal; Białko: 112.71 g; Tłuszcze: 71.33 g; Kw.tł.nas.og.: 34.21 g; Węglowodany og.: 324.24 g; cukry: 62.46 g; Sód: 2422.83 mg; Błonnik: 28.33 g;	Wart. en.: 1957.31 kcal; Białko: 80.49 g; Tłuszcze: 65.86 g; Kw.tł.nas.og.: 28.74 g; Węglowodany og.: 275.45 g; cukry: 50.37 g; Sód: 2370.12 mg; Błonnik: 29.44 g;	Wart. en.: 2301.04 kcal; Białko: 95.06 g; Tłuszcze: 73.51 g; Kw.tł.nas.og.: 32.79 g; Węglowodany og.: 327.76 g; cukry: 69.45 g; Sód: 2532.95 mg; Błonnik: 38.75 g;	Wart. en.: 2325.27 kcal; Białko: 115.83 g; Tłuszcze: 74.85 g; Kw.tł.nas.og.: 36.35 g; Węglowodany og.: 310.29 g; cukry: 66.04 g; Sód: 2674.98 mg; Błonnik: 25.82 g;	Wart. en.: 2332.18 kcal; Białko: 112.71 g; Tłuszcze: 71.33 g; Kw.tł.nas.og.: 34.21 g; Węglowodany og.: 324.24 g; cukry: 62.46 g; Sód: 2422.83 mg; Błonnik: 28.33 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-13 wtorek	Śniadanie	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) parówki cienkie wieprzowe serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa papryka czerwona ogórki szklarniowy Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II ś		Budyń (MLE)	jabłka krajowe		Budyń (MLE)	Budyń (MLE)
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (GLU, SEL) Kotlet schabowy (GLU, JAJ, MLE) ziemniaki średnie Surówka z selera 1 (JAJ, SEL, GOR) Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z makaronem (GLU, SEL) Schab gotowany (SEL) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z makaronem raz. (GLU, SEL) Schab gotowany (SEL) ziemniaki średnie Surówka z selera D (MLE, SEL) Herbata	Zupa pomidorowa z braż.ryżem (SEL) Schab gotowany (SEL) ziemniaki średnie Surówka z selera D (MLE, SEL) Kompot jabłkowy	Zupa pomidorowa z makaronem (GLU, SEL) Schab gotowany (SEL) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata		chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona ogórki szklarniowe Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata
	Pn	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)			Kisiel z tartym jabłkiem
		Wart. en.: 2540.20 kcal; Białko: 97.88 g; Tłuszcze: 106.65 g; Kw.tł.nas.og.: 39.44 g; Węglowodany og.: 310.71 g; cukry: 52.78 g; Sód: 2453.87 mg; Błonnik: 26.63 g;	Wart. en.: 2284.69 kcal; Białko: 107.80 g; Tłuszcze: 64.71 g; Kw.tł.nas.og.: 34.83 g; Węglowodany og.: 321.67 g; cukry: 67.20 g; Sód: 2448.64 mg; Błonnik: 26.93 g;	Wart. en.: 1793.52 kcal; Białko: 82.13 g; Tłuszcze: 51.71 g; Kw.tł.nas.og.: 28.86 g; Węglowodany og.: 264.62 g; cukry: 44.54 g; Sód: 2402.10 mg; Błonnik: 28.92 g;	Wart. en.: 2172.86 kcal; Białko: 98.50 g; Tłuszcze: 59.95 g; Kw.tł.nas.og.: 33.09 g; Węglowodany og.: 324.86 g; cukry: 69.52 g; Sód: 2567.37 mg; Błonnik: 40.93 g;	Wart. en.: 2221.94 kcal; Białko: 112.32 g; Tłuszcze: 65.85 g; Kw.tł.nas.og.: 35.53 g; Węglowodany og.: 308.07 g; cukry: 58.53 g; Sód: 5732.58 mg; Błonnik: 25.34 g;	Wart. en.: 2284.69 kcal; Białko: 107.80 g; Tłuszcze: 64.71 g; Kw.tł.nas.og.: 34.83 g; Węglowodany og.: 321.67 g; cukry: 67.20 g; Sód: 2448.64 mg; Błonnik: 26.93 g;

2026-10-14 środa	Śniadanie	Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
		Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kiełbasa zielonogórska (SOJ) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kiełbasa zielonogórska (SOJ) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kiełbasa zielonogórska (SOJ) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kiełbasa zielonogórska (SOJ) sałata masłowa ogórki szklarniowe pomidor szklarniowy Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kiełbasa zielonogórska (SOJ) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kiełbasa zielonogórska (SOJ) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II ś		Kasza manna na mleku (GLU, MLE)	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	papryka czerwona	Kasza manna na mleku (GLU, MLE)	Kasza manna na mleku (GLU, MLE)
	Obiad	Zupa fasolowa (GLU, SOJ, SEL) Udko drobiowe opiekane ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka (SEL) Udko drobiowe gotowane (SEL) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa fasolowa (GLU, SOJ, SEL) Udko drobiowe gotowane (SEL) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Herbata	Zupa fasolowa (GLU, SOJ, SEL) Udko drobiowe gotowane (SEL) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka (SEL) Udko drobiowe gotowane (SEL) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa marchwianka (SEL) Udko drobiowe gotowane (SEL) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z twarogu i jaj (JAJ, MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata		
	Pn	jabłka krajowe	Jabłko pieczone	jabłka krajowe		jogurt naturalny (MLE)	Jabłko pieczone
		Wart. en.: 2548.92 kcal; Białko: 117.50 g; Tłuszcze: 85.38 g; Kw.tł.nas.og.: 34.61 g; Węglowodany og.: 346.58 g; cukry: 66.64 g; Sód: 2357.02 mg; Błonnik: 38.61 g;	Wart. en.: 2456.64 kcal; Białko: 115.21 g; Tłuszcze: 80.43 g; Kw.tł.nas.og.: 38.01 g; Węglowodany og.: 329.26 g; cukry: 74.85 g; Sód: 2354.71 mg; Błonnik: 30.78 g;	Wart. en.: 2287.78 kcal; Białko: 105.48 g; Tłuszcze: 72.13 g; Kw.tł.nas.og.: 32.16 g; Węglowodany og.: 324.03 g; cukry: 48.61 g; Sód: 2373.30 mg; Błonnik: 40.05 g;	Wart. en.: 2552.00 kcal; Białko: 116.27 g; Tłuszcze: 77.78 g; Kw.tł.nas.og.: 34.65 g; Węglowodany og.: 351.69 g; cukry: 69.85 g; Sód: 2485.59 mg; Błonnik: 45.98 g;	Wart. en.: 2637.53 kcal; Białko: 135.16 g; Tłuszcze: 84.60 g; Kw.tł.nas.og.: 38.68 g; Węglowodany og.: 352.83 g; cukry: 69.67 g; Sód: 2538.26 mg; Błonnik: 38.14 g;	Wart. en.: 2456.64 kcal; Białko: 115.21 g; Tłuszcze: 80.43 g; Kw.tł.nas.og.: 38.01 g; Węglowodany og.: 329.26 g; cukry: 74.85 g; Sód: 2354.71 mg; Błonnik: 30.78 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa krakowska sucha serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa papryka czerwona pomidor szklarniowy Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Kasza manna na mleku (GLU, MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) serek śmietankowy naturalny (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II ś		Kisiel z tartym jabłkiem	jabłka krajowe		kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	Kisiel z tartym jabłkiem
	Obiad	Zupa barszcz biały (GLU, SEL) Gołąbki z ryżem (GLU, JAJ) Sos pomidorowy (GLU) Ziemniaki Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczana (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) Marchew gotowana Kompot jabłkowy	Zupa barszcz biały (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka Herbata	Zupa Barszcz biały (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczana (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) Surówka z marchwi i jabłka Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczana (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) Marchew gotowana Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	jogurt naturalny (MLE)	Gruszka pieczona	jogurt naturalny (MLE)	gruszka	jogurt naturalny (MLE)	Gruszka pieczona
		Wart. en.: 2230.80 kcal; Białko: 94.77 g; Tłuszcze: 74.53 g; Kw.tł.nas.og.: 35.05 g; Węglowodany og.: 308.00 g; cukry: 52.59 g; Sód: 2684.37 mg; Błonnik: 25.26 g;	Wart. en.: 1944.87 kcal; Białko: 83.31 g; Tłuszcze: 57.10 g; Kw.tł.nas.og.: 30.87 g; Węglowodany og.: 287.87 g; cukry: 68.18 g; Sód: 2517.81 mg; Błonnik: 26.45 g;	Wart. en.: 1607.03 kcal; Białko: 66.92 g; Tłuszcze: 54.28 g; Kw.tł.nas.og.: 28.19 g; Węglowodany og.: 225.55 g; cukry: 45.80 g; Sód: 2596.92 mg; Błonnik: 24.99 g;	Wart. en.: 2012.90 kcal; Białko: 79.66 g; Tłuszcze: 59.05 g; Kw.tł.nas.og.: 30.41 g; Węglowodany og.: 300.44 g; cukry: 72.36 g; Sód: 2682.61 mg; Błonnik: 37.77 g;	Wart. en.: 2021.69 kcal; Białko: 95.86 g; Tłuszcze: 64.20 g; Kw.tł.nas.og.: 33.79 g; Węglowodany og.: 278.09 g; cukry: 63.60 g; Sód: 2761.30 mg; Błonnik: 25.04 g;	Wart. en.: 1944.87 kcal; Białko: 83.31 g; Tłuszcze: 57.10 g; Kw.tł.nas.og.: 30.87 g; Węglowodany og.: 287.87 g; cukry: 68.18 g; Sód: 2517.81 mg; Błonnik: 26.45 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj 1 (JAJ, MLE, SEL, GOR) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) sałata masłowa pomidor szklarniowy papryka czerwona Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II ś		Budyń (MLE)	jabłka krajowe			Budyń (MLE)
	Obiad	Zupa pieczarkowa (SEL) Śledź matjas w śmietanie (RYB, MLE) ziemniaki średnie Kompot jabłkowy	Zupa krupnik ryżowy (SEL) Kotlet rybny pieczony (GLU, JAJ, RYB, SEL) Marchew gotowana ziemniaki średnie Kompot jabłkowy	Zupa pieczarkowa (SEL) Kotlet rybny pieczony (GLU, JAJ, RYB) Kapusta biała duszona ziemniaki średnie Herbata	Zupa pieczarkowa (SEL) Kotlet rybny pieczony (GLU, JAJ, RYB) ziemniaki średnie Kapusta biała duszona Kompot jabłkowy	Zupa krupnik ryżowy (SEL) Pulpet rybny (GLU, JAJ, RYB, SEL) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy	Zupa krupnik ryżowy (SEL) Pulpet rybny (GLU, JAJ, RYB, SEL) Marchew gotowana ziemniaki średnie Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) ser biały półtłusty (MLE) dżem z czarnej porzeczki pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) ser biały półtłusty (MLE) szynka drobiowa 80% mięsa (MLE) pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) ser biały półtłusty (MLE) dżem z czarnej porzeczki pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) serek śmietankowy naturalny (MLE) szynka drobiowa (MLE) pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE)	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) ser biały półtłusty (MLE) dżem z czarnej porzeczki pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)	Jabłko pieczone	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)			Jabłko pieczone
		Wart. en.: 2254.74 kcal; Białko: 90.19 g; Tłuszcze: 78.42 g; Kw.tł.nas.og.: 40.90 g; Węglowodany og.: 300.51 g; cukry: 76.70 g; Sód: 3073.30 mg; Błonnik: 22.35 g;	Wart. en.: 2255.53 kcal; Białko: 84.23 g; Tłuszcze: 58.23 g; Kw.tł.nas.og.: 30.46 g; Węglowodany og.: 334.12 g; cukry: 70.93 g; Sód: 2414.94 mg; Błonnik: 30.62 g;	Wart. en.: 1809.20 kcal; Białko: 71.41 g; Tłuszcze: 56.47 g; Kw.tł.nas.og.: 25.72 g; Węglowodany og.: 267.34 g; cukry: 49.87 g; Sód: 2662.55 mg; Błonnik: 26.72 g;	Wart. en.: 2149.05 kcal; Białko: 77.84 g; Tłuszcze: 63.59 g; Kw.tł.nas.og.: 29.69 g; Węglowodany og.: 322.94 g; cukry: 71.55 g; Sód: 2464.81 mg; Błonnik: 38.63 g;	Wart. en.: 2111.51 kcal; Białko: 82.95 g; Tłuszcze: 62.12 g; Kw.tł.nas.og.: 32.89 g; Węglowodany og.: 320.91 g; cukry: 65.01 g; Sód: 2780.26 mg; Błonnik: 30.98 g;	Wart. en.: 2332.93 kcal; Białko: 94.52 g; Tłuszcze: 63.65 g; Kw.tł.nas.og.: 33.71 g; Węglowodany og.: 334.96 g; cukry: 70.47 g; Sód: 2515.70 mg; Błonnik: 30.62 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-17 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) sałata masłowa ogórki szklarniowe pomidor szklarniowy Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Płatki owsiane na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa szynkowa (MLE, SEL) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II Ś		Kisiel z tartym jabłkiem	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)			Kisiel z tartym jabłkiem
	Obiad	Zupa jarzynowa (SEL) Bitka z szynki opiekanej Sos własny (GLU, MLE) kasza pęczak (GLU) Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczano-pomidorowa (SEL) Bitka z szynki gotowanej (SEL) Sos własny (GLU, MLE) Ziemniaki Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa jarzynowa (SEL) Bitka z szynki gotowanej (SEL) kasza pęczak (GLU) Buraki z jabłkiem C Herbata	Zupa jarzynowa (SEL) Bitka z szynki gotowanej (SEL) kasza pęczak (GLU) Sos własny (GLU, MLE) Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczano-pomidorowa (SEL) Bitka ze schabu gotowanego (SEL) Sos własny (GLU, MLE) Ziemniaki Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy	Zupa ziemniaczano-pomidorowa (SEL) Bitka ze schabu gotowanego (SEL) Sos własny (GLU, MLE) ziemniaki średnie Buraki z jabłkiem Kompot jabłkowy
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Twaróg ze szczypiorkiem (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata		chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Twaróg ze szczypiorkiem (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) Twaróg ze szczypiorkiem (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) Twaróg ze szczypiorkiem (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	jogurt naturalny (MLE)	Gruszka pieczona	jogurt naturalny (MLE)	jabłka krajowe	jogurt naturalny (MLE)	Gruszka pieczona
		Wart. en.: 2217.49 kcal; Białko: 100.29 g; Tłuszcze: 69.42 g; Kw.tł.nas.og.: 32.55 g; Węglowodany og.: 310.80 g; cukry: 58.13 g; Sód: 2467.21 mg; Błonnik: 25.46 g;	Wart. en.: 2134.15 kcal; Białko: 93.27 g; Tłuszcze: 55.64 g; Kw.tł.nas.og.: 29.94 g; Węglowodany og.: 320.32 g; cukry: 67.17 g; Sód: 2512.95 mg; Błonnik: 28.85 g;	Wart. en.: 1866.71 kcal; Białko: 83.40 g; Tłuszcze: 53.08 g; Kw.tł.nas.og.: 28.95 g; Węglowodany og.: 277.57 g; cukry: 40.34 g; Sód: 2348.32 mg; Błonnik: 26.71 g;	Wart. en.: 2207.88 kcal; Białko: 93.84 g; Tłuszcze: 59.85 g; Kw.tł.nas.og.: 31.98 g; Węglowodany og.: 320.78 g; cukry: 68.06 g; Sód: 2541.60 mg; Błonnik: 37.62 g;	Wart. en.: 2201.26 kcal; Białko: 112.17 g; Tłuszcze: 63.10 g; Kw.tł.nas.og.: 34.12 g; Węglowodany og.: 309.16 g; cukry: 67.95 g; Sód: 2701.70 mg; Błonnik: 25.69 g;	Wart. en.: 2256.43 kcal; Białko: 100.54 g; Tłuszcze: 56.84 g; Kw.tł.nas.og.: 30.25 g; Węglowodany og.: 321.82 g; cukry: 68.22 g; Sód: 2509.43 mg; Błonnik: 30.61 g;

		Podstawowa	Łatwostrawna	Z ogr.łatwoprzysw.węgl	Bogatoresztk.	Bogatobiałkowa	Łatw. z ogr. tł., przetarta, papkowata,
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa ogórki szklarniowe Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy papryka czerwona Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) poledwica sopocka parzona sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata	Ryż na mleku (MLE) chleb pszenno- żytni krojony (GLU) Pasta z wędliny i jaj D (JAJ, MLE, SEL) masło 82% (MLE) sałata masłowa pomidor szklarniowy Herbata
	II Ś		Budyń (MLE)	kefir naturalny niskotłuszczowy (MLE)		Budyń (MLE)	
	Obiad	Zupa rosół z makaronem (GLU, SEL) Kotlet mielony pieczony (GLU, JAJ) ziemniaki średnie surówka z białej kapusty Kompot jabłkowy	Zupa rosół z makaronem (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie surówka z białej kapusty Kompot jabłkowy	Zupa rosół z makaronem (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie surówka z białej kapusty Kompot jabłkowy	Zupa rosół z makaronem (GLU, SEL) Pulpet gotowany z szynki wieprzowej (GLU, JAJ, SEL) ziemniaki średnie Marchew gotowana Kompot jabłkowy		
	Kolacja	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) kielbasa biała parzona pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Herbata	chleb żytni (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy ogórki szklarniowe Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	chleb pszenno- żytni krojony (GLU) masło 82% (MLE) szynka gotowana pomidor szklarniowy Kawa z mlekiem (MLE) Herbata	
	Pn	jogurt naturalny (MLE)	Jabłko pieczone	jogurt naturalny (MLE)	jabłka krajowe	jogurt naturalny (MLE)	Jabłko pieczone
		Wart. en.: 2456.91 kcal; Białko: 99.25 g; Tłuszcze: 97.37 g; Kw.tł.nas.og.: 38.65 g; Węglowodany og.: 309.28 g; cukry: 62.31 g; Sód: 2654.73 mg; Błonnik: 26.64 g;	Wart. en.: 2250.53 kcal; Białko: 97.14 g; Tłuszcze: 65.65 g; Kw.tł.nas.og.: 34.48 g; Węglowodany og.: 323.37 g; cukry: 73.35 g; Sód: 2465.85 mg; Błonnik: 30.90 g;	Wart. en.: 1867.60 kcal; Białko: 73.57 g; Tłuszcze: 56.17 g; Kw.tł.nas.og.: 28.05 g; Węglowodany og.: 281.99 g; cukry: 46.84 g; Sód: 2480.18 mg; Błonnik: 29.82 g;	Wart. en.: 2235.42 kcal; Białko: 89.07 g; Tłuszcze: 64.83 g; Kw.tł.nas.og.: 32.65 g; Węglowodany og.: 325.28 g; cukry: 74.62 g; Sód: 2535.95 mg; Błonnik: 39.90 g;	Wart. en.: 2242.83 kcal; Białko: 103.62 g; Tłuszcze: 67.85 g; Kw.tł.nas.og.: 35.68 g; Węglowodany og.: 318.99 g; cukry: 70.08 g; Sód: 2722.76 mg; Błonnik: 28.55 g;	Wart. en.: 2302.93 kcal; Białko: 100.13 g; Tłuszcze: 69.66 g; Kw.tł.nas.og.: 35.74 g; Węglowodany og.: 324.47 g; cukry: 73.77 g; Sód: 2455.69 mg; Błonnik: 30.90 g;

Oznaczenia wskaźników

*Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],
Białko - Białko ogółem,
Tłuszcze - Tłuszcz,
Węglowodany og. - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Kw.tł.nas.og. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
cukry - suma cukrów prostych,*