

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	Dieta biegunkowa
24.11.2025 poniedziałek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (Lak, moLLe zawieraĀt: GLU,) Chleb razowy 25 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 50 g (Sj,) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak,) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (Lak, moLLe zawieraĀt: GLU,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 50 g (Sj,) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak,) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (S, moLLe zawieraĀt: GLU,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 50 g (Sj,) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak,) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 50 g (Sj,) Twarożek z zieleciną 50 g (Lak,) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (Lak, moLLe zawieraĀt: GLU,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 50 g (Sj,) Twarożek z zieleciną 100 g (Lak,) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z płatkami owsianymi b/ml 300 ml (S, moLLe zawieraĀt: GLU,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 100 g (Sj,) Salata liść 15 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki owsiane 300 ml (Lak, moLLe zawieraĀt: GLU,) Chleb razowy 25 g (GLU,) Bułka pszenna 50 g (GLU,) Masło 82% 10 g (Lak,) Twarożek z zieleciną 100 g (Lak,) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa na wywarze warzywnym b/ml 350 ml (GLU, S,) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Masło 82% 10 g (Lak,) Połędwica wieprzowa 100 g (Sj,) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Winogrono zielone 110 g	Jabłko 150 g	jabłko pieczone 100 g	Jabłko 150 g	Winogrono zielone 110 g	jabłko pieczone 100 g	
24.11.2025 poniedziałek	Obiad	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (Lak, S,) Łazanki z kapustą i mięsem 400 g (GLU, Sj, Lak, moLLe zawieraĀt: JAJ,) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (S,) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (Lak, S,) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z ogórka kiszzonego z jabłkiem i cebulką 200 g (G,) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej 350 ml (S,) Kotlet mielony pieczony 200 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 100 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (S,) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (S,) Łazanki z kapustą i pieczarkami 400 g (GLU, moLLe zawieraĀt: JAJ,) Jabłko 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (S,) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa krupnik jaglany 350 ml (S,) Kotlet mielony pieczony 100 g (GLU, JAJ,) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S,) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
		PD		Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraĀt: ORZ, Sj, Lak, Se,)	Kefir naturalny 150g 150 g (Lak,)				
24.11.2025 poniedziałek	Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (GLU,) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak,) Schab pieczony wędłina 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)	Bułka wrocławska 25 g (GLU,) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędłina 50 g Salatka jarzynowa - dieta 150 g (Lak, S,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)	Chleb razowy 100 g (GLU,) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak,) Schab pieczony wędłina 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)	Chleb razowy 100 g (GLU,) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak,) Schab pieczony wędłina 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,) Jogurt naturalny 1 szt (Lak,)	Bułka wrocławska 25 g (GLU,) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak,) Schab pieczony wędłina 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)	Bułka pszenna 25 g (GLU,) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędłina 50 g Salatka jarzynowa z olejem 150 g (S,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Chleb razowy 50 g (GLU,) Mix do smarowania 15 g Serek topiony (2 szt.) 35 g (Lak,) Ser żółty wędzony 50 g (Lak,) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)	Bułka wrocławska 25 g (GLU,) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se,) Mix do smarowania 15 g Schab pieczony wędłina 50 g Pasta mięsna z warzywami i zieleciną 100 g (S,) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO,)

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	Dieta biegunkowa
25.11.2025 wtorek	Śniadanie	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Poledwica wieprzowa 50 g (Si.) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ, Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Poledwica wieprzowa 50 g (Si.) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ, Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 25 g (GLU.) Bułka grahamka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Rzodkiewka z koperkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. ryżowa 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 100 g (S.) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ, Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kielbasa krakowska 50 g (Si.) Bułka kajzerka 1 szt (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Poledwica wieprzowa 50 g (Si.) Jajo gotowane na międko (2szt.) 100 g (JAJ.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Galaretką owocową niskosłodzoną 150 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, S, Lak, O, Se, SO.)				Pomarańcza 100 g	Galaretką owocową niskosłodzoną 150 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, S, Lak, O, Se, SO.)		Pomarańcza 100 g
25.11.2025 wtorek	Obiad	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Dynia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Dynia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Potrawka z kurczaka z ziołami 150 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Pulpet drobiowy 200 g (GLU, JAJ.) Sos koperkowy 100 g (GLU, Lak, S.) Kasza jęczmienna 100 g (GLU.) Dynia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S.) Kasza jęczmienna 200 g (GLU.) Dynia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Barszcz czerwony niezabielany 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraĀt: S, G, SO.) Kotlety ziemniaczane 3szt. 250 g (GLU, JAJ.) Surówka z marchewki i jabłka 200 g (Lak.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa jarzynowa b/ml dieta 350 ml (GLU, S.) Potrawka z kurczaka z ziołami b/śmietany 150 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g (GLU, S.) Dynia pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
					wafle ryżowe 20 g	Kalafior gotowany z zieleniną 150 g			
25.11.2025 wtorek	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Chleb razowy 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 30 g (Lak.) Salatka śledziowa 150 g (RYB, Lak, G, moLLe zawieraĀt: JAJ, S, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Poledwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z dorsza z serem i ziołami 50 g (RYB, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 30 g (Lak.) Salatka śledziowa 150 g (RYB, Lak, G, moLLe zawieraĀt: JAJ, S, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 30 g (Lak.) Salatka śledziowa 150 g (RYB, Lak, G, moLLe zawieraĀt: JAJ, S, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Chleb razowy 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 30 g (Lak.) Pasta z dorsza z serem i ziołami 100 g (RYB, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Poledwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z dorsza b/ml 50 g (RYB.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Ser żółty 30 g (Lak.) Salatka ziemniaczana 150 g (Lak, G, moLLe zawieraĀt: JAJ, S, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: S, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Poledwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z dorsza b/ml 100 g (RYB.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	Dieta biegunkowa	
26.11.2025 środa	Śniadanie	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (Sj.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (Sj.) Ser biały, plaster 50 g (Lak.) Salata lodowa z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Połedwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Ser biały, plaster 50 g (Lak.) Salata lodowa z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza kukurydziana b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (Sj.) Ser biały, plaster 100 g (Lak.) Salata lodowa z zieleciną 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Ser biały, plaster 50 g (Lak.) Pasta hummus z suszonymi pomidorami i zieleciną 50 g Papryka świeża paski 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza kukurydziana na ml. 300 ml (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Połedwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Schab pieczony wędłina 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kasza kukurydziana b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Połedwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Schab pieczony wędłina 50 g Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Gruszka 200 g	Banan 1 sztuka 150 g		Gruszka 200 g	skyr naturalny 1 szt (Lak.)	Banan 1 sztuka 150 g	Gruszka 200 g	Banan 1 sztuka 150 g
26.11.2025 środa	Obiad	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, Lak, S, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż brązowy 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, Lak, S, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (GLU, S, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Udko z kurczaka gotowane 150 g Sos koperkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, Lak, S, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ryż brązowy 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem 350 ml (GLU, Lak, S, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Udko z kurczaka pieczone 300 g Ziemniaki z koperkiem 100 g Szpinak gotowany 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Selerowa z makaronem b/ śmietany 350 ml (GLU, S, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Udko z kurczaka pieczone 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml (S.) Makaron w sosie serowo-brokulowym 400 g (GLU, Lak, moŁLe zawieraĀt: JAJ.) Surówka z czerwonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana na wyw. warzywnym 350 ml (S.) Udko z kurczaka gotowane 150 g Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
		PD			Bułka maślana 1 szt (GLU, JAJ, moŁLe zawieraĀt: Lak.)	Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moŁLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)				
26.11.2025 środa	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Pasta z pieczonej dyni z sezamem 50 g (Se, moŁLe zawieraĀt: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Mix salat z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moŁLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (moŁLe zawieraĀt: GLU, ORZ, Sj, Lak.) jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Pasta z pieczonej dyni z sezamem 50 g (Se, moŁLe zawieraĀt: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Mix salat z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Pasta z pieczonej dyni z sezamem 50 g (Se, moŁLe zawieraĀt: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Mix salat z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Pasta z pieczonej dyni z sezamem 50 g (Se, moŁLe zawieraĀt: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Mix salat z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moŁLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Pasta z pieczonej dyni z sezamem 50 g (Se, moŁLe zawieraĀt: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Mix salat z zieleciną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jajo gotowane na miękkko 50 g (JAJ.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Pasta z pieczonej dyni z sezamem 100 g (Se, moŁLe zawieraĀt: GLU, JAJ, ORZ, Sj, Lak.) Miód wielokwiatowy 25 g (moŁLe zawieraĀt: GLU, ORZ, Sj, Lak.) jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moŁLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Szynka wieprzowa gotowana 100 g (Sj, Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jajo gotowane na miękkko 50 g (JAJ.)	

25 środa		Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANSKA	Dieta biegunkowa	
27.11.2025 czwartek	Śniadanie	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraĀt: JAJ.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek fromage 50 g (Lak.) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraĀt: JAJ.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek fromage 50 g (Lak.) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraĀt: JAJ.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g (Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g (Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek fromage 50 g (Lak.) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraĀt: JAJ.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek fromage 50 g (Lak.) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek fromage 50 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (S.) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Makaron na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraĀt: JAJ.) Chleb razowy 25 g (GLU.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g (Lak.) Pomidorki koktajlowe 50 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Schab pieczony wędlina 50 g Serek ziołowy 50 g (Lak.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
	2. śniadanie	wafle ryżowe 20 g					Kiwi 100 g	Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	wafle ryżowe 20 g	Kiwi 100 g	wafle ryżowe 20 g
Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (Lak, S, G.) Gulasz wieprzowy z papryką i fasolą 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml			Zupa ogórkowa z ziemniakami 350 ml (Lak, S, G.) Gulasz wieprzowy z papryką i fasolą 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU, S.) Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 200 g Ziemniaki z koperkiem 100 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 200 g (GLU, JAJ, S.) sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa Krupnik jęczmienny z natką pietruszki 350 ml (GLU, S.) Gulasz warzywny z fasolą 150 g (GLU, S.) Kasza bulgur 200 g (GLU.) Buraczki gotowane 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa warzywna z kaszą kukurydzianą 350 ml (S.) Klopsiki wieprzowe, dieta 100 g (GLU, JAJ, S.) sos jarzynowy 50 g (GLU, S.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Dyńa pieczona 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
PD	Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)										
Kolacja	Bułka wrocławska 25 g (GLU.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Ser żółty 30 g (Lak.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Ser żółty 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Ser żółty 50 g (Lak.) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Ogórek zielony 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany niskosłodzony 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraĀt: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z warzyw dozwolonych z zieleniną 50 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Kisiel gotowany b/cukru 200 ml (moLLe zawieraĀt: GLU, Sj, Lak, Se, SO.)	

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	Dieta biegunkowa
28.11.2025 piątek	Śniadanie	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Twarożek z owocami 75 g (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, ORZ, Sj, Se.) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Twarożek 75 g (Lak.) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Twarożek 75 g (Lak.) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g jabłko pieczone 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (Sj.) Twarożek 50 g (Lak.) Rzodkiew biała z ogórkiem 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Twarożek 150 g (Lak.) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Kiełbasa szynkowa wieprzowa 100 g (Sj.) Salata liść 35 g Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Płatki jęczmienne na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 15 g Twarożek z owocami 75 g (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, ORZ, Sj, Se.) Dżem owocowy niskosłodzony (1szt.) 25 g Jabłko 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Masło 82% 10 g (Lak.) Kiełbasa szynkowa wieprzowa 50 g (Sj.) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 100 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		Rogalik maślany 1 szt (GLU, JAJ, moLLe zawieraAŁ: Lak.)				Jabłko 150 g	skyr naturalny 1 szt (Lak.)	Jabłko 150 g	Rogalik maślany 1 szt (GLU, JAJ, moLLe zawieraAŁ: Lak.)
28.11.2025 piątek	Obiad	Zupa z zielonego groszku 350 ml (GLU, Lak, S.) Filet z dorsza smażony 100 g (GLU, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (GLU, Lak, S.) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, RYB, Lak.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos grecki dieta 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (S.) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, RYB, Lak.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos grecki dieta 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (GLU, Lak, S.) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, RYB, Lak.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Surówka z kiszzonej kapusty 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa z zielonego groszku 350 ml (GLU, Lak, S.) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 300 g (GLU, RYB, Lak.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Sos grecki 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (S.) Ryba (dorsz) zapiekana w sosie pietruszkowym 150 g (GLU, RYB, Lak.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos grecki 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 350 ml (S.) Pulpet rybny pieczony 100 g (GLU, JAJ, RYB.) Sos pietruszkowy b/ml 100 g (GLU.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Sos grecki dieta 150 g (GLU, S.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	
						Chrupki kukurydziane 20 g	Papryka świeża paski 75 g		
28.11.2025 piątek	Kolacja	Chleb razowy 25 g (GLU.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Salatka brokułowo-kalafiorowa 150 g (GLU, JAJ, Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z białka jaja 100 g (JAJ, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Pasta z białka jaja 100 g (JAJ, Lak.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Salatka brokułowo-kalafiorowa 150 g (GLU, JAJ, Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Jajo gotowane 100 g (JAJ.) Salatka brokułowo-kalafiorowa 150 g (GLU, JAJ, Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Jajo gotowane 50 g (JAJ.) Salatka brokułowo-kalafiorowa b/ml 150 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt sojowy 125 g (Sj.)	Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 25 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Jajo gotowane 100 g (JAJ.) Salatka brokułowo-kalafiorowa 150 g (GLU, JAJ, Lak.) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt sojowy 125 g (Sj.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bulka pszenna 50 g (GLU.) Mix do smarowania 10 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU.) Jajo gotowane na miękko 100 g (JAJ.) Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 20 g

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tł. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	Dieta biegunkowa
29.11.2025 sobota	Śniadanie	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, G, Se.) Chleb razowy 25 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, G, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, G, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Ser biały, plaster 50 g (Lak.) Pomidor bez skóry 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Ser żółty 30 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, G, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (Sj, Lak.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 50 g (Sj, Lak.) Ser żółty 60 g (Lak.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (Sj, Lak.) Pasta z warzyw dozwolonych z zielenią 50 g (S.) Pomidor 100 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza manna na ml. 300 ml (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, G, Se.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 50 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Pasta z warzyw dozwolonych z zielenią 50 g (S.) Ser żółty 60 g (Lak.) Pomidor 100 g Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z kaszą jaglaną 300 ml (S.) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Masło 82% 10 g (Lak.) Szynka wieprzowa gotowana 100 g (Sj, Lak.) Pasta z warzyw dozwolonych z zielenią 50 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml
		2. śniadanie	Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, Lak, Se.)			Gruszka 200 g	Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, Lak, Se.)	Gruszka pieczona 150 g	Biszkopty 20 g (GLU, JAJ, moLLe zawieraAŁ: ORZ, Sj, Lak, Se.)
29.11.2025 sobota	Obiad	Zupa dyniowa krem 350 ml (GLU, Lak, S.) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (GLU, Lak, S.) Makaron (200g) z mięsem mielonym i warzywami (200g) 400 g (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ.) Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (GLU, S.) Makaron (200g) z mięsem mielonym i warzywami (200g) 400 g (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ.) Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (GLU, Lak, S.) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (GLU, Lak, S.) Kotlet pożarski pieczony 200 g (GLU, JAJ.) Sos koperkowy 50 g (GLU, Lak, S.) Ziemniaki z koperkiem 100 g Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem b/ śmietany 350 ml (GLU, S.) Makaron (200g) z mięsem mielonym i warzywami (200g) 400 g (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ.) Mini marchew pieczona z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa dyniowa krem 350 ml (GLU, Lak, S.) Makaron świderki z serem białym i masłem 350 g (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: JAJ.) Fasolka szparagowa z masłem 150 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa ryżanka z masłem 350 ml (S.) Kotlet pożarski pieczony 100 g (GLU, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem 200 g Marchew gotowana 150 g (GLU.) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml
		PD		Banan 1 sztuka 150 g	Kapusta pekińska z marchewką i ziarnem 80 g (moLLe zawieraAŁ: GLU, ORZ, Sj, Se.)				
29.11.2025 sobota	Kolejca	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Cwikła 65 g (SO.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Cwikła 65 g (SO.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Cwikła 65 g (SO.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb razowy 100 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Cwikła 65 g (SO.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Paszтет wieprz. pieczony 100 g (GLU, JAJ, S.) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Serek homogen. natur. (1szt.) 150 g (Lak.)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Bułka pszenna 50 g (GLU, GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se.) Mix do smarowania 15 g Pasta mięsna z warzywami i zielenią 100 g (S.) Herbata czarna bez cukru 250 ml wafle ryżowe 20 g

	Podstawowa 1	Łatwostrawna 2	Łatwostrawna Z Ogr. Tl. 3	Łatwostrawna z ogr sub wydz s z 4	Z or. łat. przys. węgl. 6B	Bogatobiałkowa 9	BEZMLECZNA	WEGETARIANŃSKA	Dieta biegunkowa	
30.11.2025 niedziela	Śniadanie	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane 50 g (JAJ) Ogórek kiszony 100 g (G) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane 50 g (JAJ) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Pasta z białka jaja 50 g (JAJ, Lak) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Pasta z białka jaja 100 g (JAJ, Lak) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane 50 g (JAJ) Ogórek kiszony 100 g (G) Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane 100 g (JAJ) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane 100 g (JAJ) Ogórek kiszony 100 g (G) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa ml. Kasza jaglana 300 ml (Lak) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Chleb razowy 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane 100 g (JAJ) Mix sałat z zieleniną, dieta 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ryżem b/mleka 300 ml (S) Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Masło 82% 10 g (Lak) Połędwica wieprzowa 50 g (Si) Jajo gotowane na miękkko 100 g (JAJ) Herbata czarna bez cukru 250 ml
	2. śniadanie	Jabłko 150 g		jabłko pieczone 100 g			Jabłko 150 g		jabłko pieczone 100 g	
	Obiad	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, Lak, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S) Kasza pęczak 200 g (GLU) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa 350 ml (GLU, Lak, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S) Kasza pęczak 200 g (GLU) Surówka z porem, jabłkiem i marchewką 200 g Kompot wieloowocowy b/cukru 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 200 g (GLU, S) Ziemniaki z koperkiem 100 g Szpinak gotowany 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S) Ziemniaki z koperkiem 200 g Szpinak gotowany 150 g (GLU) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Naleśniki ze szpinakiem (2 szt.) 350 g (GLU, JAJ, Lak) Jogurt naturalny 1 szt (Lak) Papryka świeża paski 100 g Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml	Zupa zacierkowa, dieta 350 ml (GLU, S, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ, G, L) Pieczeń z szynki wieprzowej w sosie własnym 100 g (GLU, S) Ziemniaki z koperkiem 200 g Jarzynka gotowana 150 g (GLU, S) Kompot wieloowocowy niskosłodzony 250 ml		
	PD		herbatniki 25 g (GLU, Lak, moLLe zawieraAŁ: JAJ, ORZ)	Papryka świeża paski 75 g						
	Kolacja	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka wrocławska 25 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Kielbasa krakowska 50 g (Si) Pasta z lososia z twarogiem 50 g (RYB, Lak) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU) Salatka jarzynowa - dieta 150 g (Lak, S) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Kielbasa krakowska 50 g (Si) Pasta z lososia z twarogiem 50 g (RYB, Lak) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak) Herbata czarna bez cukru 250 ml Jogurt naturalny 1 szt (Lak)	Chleb razowy 100 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Kielbasa krakowska 50 g (Si) Pasta z lososia z twarogiem 50 g (RYB, Lak) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Kielbasa krakowska 50 g (Si) Pasta z lososia z twarogiem 100 g (RYB, Lak) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak) Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU) Salatka jarzynowa z olejem 150 g (S) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Pasta z lososia z twarogiem 100 g (RYB, Lak) Salatka z pomidora z siemieniem lnianym i zieleniną 100 g (moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak) Salata liść 35 g Herbata czarna bez cukru 250 ml Budyń waniliowy na mleku niskosłodzony 200 ml (Lak, moLLe zawieraAŁ: GLU, Sj, Lak, Se, SO)	Chleb pszenno-żytni 25 g (GLU, moLLe zawieraAŁ: Sj, Lak, Se) Bułka pszenna 50 g (GLU) Mix do smarowania 15 g Połędwica drobiowa got. 50 g (GLU) Pasta mięsna z warzywami i zieleniną 50 g (S) Herbata czarna bez cukru 250 ml Chrupki kukurydziane 20 g	

Oznaczenia alergenów:

GLU - Zboża zawierające gluten (pszenica, jęczmień, żyto, owies, orkisz, kamut),
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
ORZ - Orzeszki ziemne, arachidowe,
Sj - Soja i pochodne,
Lak - Laktoza,
O - Orzechy i migdały,
S - Seler i pochodne,
G - Gorczyca i pochodne,
Se - Nasiona sezamu i pochodne,
SO - Siarka,
Ł - Łubin i pochodne,
M - Mięczaki i pochodne,

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wart. en. - Wartość energetyczna[kcal],
Białko - Białko ogółem,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany - Węglowodany ogółem,
Kw. tł. nasyc. o. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Cholesterol - Cholesterol,
Błonnik - Błonnik pokarmowy,
suma cukrów p. - suma cukrów prostych,
Sól - Sól,