

		1	2	3	4	5	6	7
		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2026-05-21 czwartek	Podstawowa OLK (D01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g		Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g Herbata 250 ml ser fromage /a7/ 40 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 049,9 Białko ogółem [g] 80,6 Tłuszcz [g] 78,3 Węglowodany ogółem [g] 262,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,4 suma cukrów prostych [g] 41,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 20,4 Sól [g] 9,1
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01(3))	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Nuggetsy z kurczaka 120 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Bukiet warzyw z bułką tartą 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 136 Białko ogółem [g] 81,5 Tłuszcz [g] 69,1 Węglowodany ogółem [g] 303,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,9 suma cukrów prostych [g] 51,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 19,6 Sól [g] 9,2
	Łatwostrawna OLK (D02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Salata 35 g		Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 091,9 Białko ogółem [g] 77,9 Tłuszcz [g] 69,5 Węglowodany ogółem [g] 299,8 Błonnik pokarmowy [g] 27,8 suma cukrów prostych [g] 51,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 17,4 Sól [g] 10,2
	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02(3))	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Pomidor 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Bukiet warzyw z bułką tartą 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 240,8 Białko ogółem [g] 87,1 Tłuszcz [g] 66,9 Węglowodany ogółem [g] 328,3 Błonnik pokarmowy [g] 21 suma cukrów prostych [g] 52,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensiyczne ogółem [g] 14,9 Sól [g] 8,9

2026-05-21 czwartek	Łatwostr z ogr. subst pobudz.wydz. soku ziołak. OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Salata 35 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g Herbata 250 ml ser fromage /a7/ 40 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 131,9 Białko ogółem [g] 81,9 Tłuszcz [g] 69,9 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 51,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 17,6 Sól [g] 10	
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Salata 35 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 135,1 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 70 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 51,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 19,8 Sól [g] 10	
	Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	wafle ryżowe 10 g Mandarynki 100 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml ser fromage /a7/ 40 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 190,5 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 287,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 40 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 20,5 Sól [g] 9,1
	Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] 2 399,2 Białko ogółem [g] 124,6 Tłuszcz [g] 94,4 Węglowodany ogółem [g] 266,5 Błonnik pokarmowy [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 21,2 Sól [g] 7

2026-05-21 czwartek

Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] 2 159,2 Białko ogółem [g] 111,9 Tłuszcz [g] 87 Węglowodany ogółem [g] 235,9 Błonnik pokarmowy [g] 9,5 suma cukrów prostych [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 19,3 Sól [g] 6,5
Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
Podstawowa połoźnicza I trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beskidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g Herbata 250 ml ser fromage /a7/ 40 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 094,9 Białko ogółem [g] 81,2 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 273,3 Błonnik pokarmowy [g] 24,3 suma cukrów prostych [g] 50,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 20,4 Sól [g] 9,1
Podstawowa połoźnicza II trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka beskidzka 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ser fromage /a7/ 80 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 304,6 Białko ogółem [g] 88,8 Tłuszcz [g] 94 Węglowodany ogółem [g] 283,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 24,2 Sól [g] 9,9

2026-05-21 czwartek	Łatwostrawna polożnicza I trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Salata 35 g	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Marchew got.oproszana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 136,9 Białko ogółem [g] 78,5 Tłuszcz [g] 69,7 Węglowodany ogółem [g] 311 Błonnik pokarmowy [g] 29,7 suma cukrów prostych [g] 60,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17,4 Sól [g] 10,2
	Łatwostrawna polożnicza II trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Salata 35 g	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Marchew got.oproszana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka beszkidzka 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ser fromage /a7/ 80 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 346,6 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 321,5 Błonnik pokarmowy [g] 30,4 suma cukrów prostych [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,2 Sól [g] 11
	Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż. I trym OLK (C03)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g	Mandarynki 100 g wafle ryżowe 10 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml ser fromage /a7/ 40 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 190,5 Białko ogółem [g] 86,8 Tłuszcz [g] 80,5 Węglowodany ogółem [g] 287,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,2 suma cukrów prostych [g] 40 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,5 Sól [g] 9,1
	Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż. II trym OLK (C03)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g	Mandarynki 100 g wafle ryżowe 10 g	Szpinakowa z kaszą pęczak. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 150 g (GLU) Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g szynka beszkidzka 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ser fromage /a7/ 80 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 400,2 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 95,9 Węglowodany ogółem [g] 298 Błonnik pokarmowy [g] 27 suma cukrów prostych [g] 41,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 24,3 Sól [g] 10

2026-05-21 czwartek	Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 30 g (BIA, GLU) Pomidor 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Szpinakowa z kaszą pęczak 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony 80 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw z bułką tartą 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szynka beszkidzka 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 281,1 Białko ogółem [g] 55,5 Tłuszcz [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 188,8 Błonnik pokarmowy [g] 16 suma cukrów prostych [g] 42,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 8 Sól [g] 5,4
	Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 30 g (BIA, GLU) Pomidor 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Szpinakowa z kaszą pęczak 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Pulpet drobiowy pieczony 80 g (GLU, JAJ) Bukiet warzyw z bułką tartą 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g	chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szynka beszkidzka 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 284,1 Białko ogółem [g] 56,9 Tłuszcz [g] 35,7 Węglowodany ogółem [g] 187,6 Błonnik pokarmowy [g] 15 suma cukrów prostych [g] 41,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 8 Sól [g] 5,5
	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Pomidor 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Szpinakowa z kaszą pęczak 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Nuggetsy z kurczaka 120 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Bukiet warzyw z bułką tartą 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 690,5 Białko ogółem [g] 72,7 Tłuszcz [g] 54,7 Węglowodany ogółem [g] 232,4 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 43,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 16,3 Sól [g] 7,9
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Szynka gotowana extra 50 g (BIA, GLU) Ogórek zielony 100 g		Szpinakowa z kaszą pęczak 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Nuggetsy z kurczaka 120 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Bukiet warzyw z bułką tartą 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	pomarańcza 100 g Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szynka beszkidzka 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 685,5 Białko ogółem [g] 72,5 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 231,2 Błonnik pokarmowy [g] 18,8 suma cukrów prostych [g] 42,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 16,3 Sól [g] 7,9
2026-05-22 piątek	Podstawowa OLK (D01)	Płatki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata 250 ml		Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g ser żółty 40 g (MLE, BIA) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 345 Białko ogółem [g] 113,5 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 56,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 29,1 Sól [g] 5,3

2026-05-22 piątek

Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01/3)	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU)</p>	<p>Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba smażona panierowana /a1,3,4,7/ 120 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>Jabłko prażone z biskoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)</p>	<p>Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 741,3 Białko ogółem [g] 137,5 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 365,8 Błonnik pokarmowy [g] 33,6 suma cukrów prostych [g] 87,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 31,8 Sól [g] 6,4</p>
Łatwostrawna OLK (D02)	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 50 g Herbata 250 ml</p>		<p>Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,6 Białko ogółem [g] 107,4 Tłuszcz [g] 61,9 Węglowodany ogółem [g] 286,2 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 22,2 Sól [g] 4,5</p>
Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU)</p>	<p>Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) Ryba pieczona 120 g (GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml</p>	<p>Jabłko prażone z biskoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)</p>	<p>Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 424,6 Białko ogółem [g] 128,6 Tłuszcz [g] 64,1 Węglowodany ogółem [g] 341,6 Błonnik pokarmowy [g] 23,2 suma cukrów prostych [g] 79,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,3 Sól [g] 6,5</p>
Łatwostr. z ogr. subst pobudz. wydz. soku żołądk. OLK	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 80 g jogurt naturalny 100g 1 szt Herbata 250 ml</p>		<p>Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml</p>		<p>Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	<p>Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)</p>	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 066,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 314,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 14,3 Sól [g] 4,2</p>

2026-05-22 piątek	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)		Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bulka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 066,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 47,4 Węglowodany ogółem [g] 314,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,5 suma cukrów prostych [g] 81,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 14,3 Sól [g] 4,2	
	Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Jabłko 100 g	Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Maślanka a7 120 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 60 g (MLE, BIA) szynka drobiowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 314,3 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 26,4 Sól [g] 5,9	
	Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) udziec z kurczaka 100 g	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] 2 171 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 81,1 Węglowodany ogółem [g] 259 Błonnik pokarmowy [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 67,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 16,6 Sól [g] 4
	Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) udziec z kurczaka 100 g		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] 1 931 Białko ogółem [g] 92 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 228,4 Błonnik pokarmowy [g] 5,8 suma cukrów prostych [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 14,7 Sól [g] 3,5

2026-05-22 piątek

Płynna z modyfikacją indywid. - kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 945,4 Białko ogółem [g] 19,7 Tłuszcz [g] 9,9 Węglowodany ogółem [g] 195,1 Błonnik pokarmowy [g] 7,7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,6
Podstawowa półznicza I trym OLK (C01)	Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata 250 ml	Maślanka a7 120 g	Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g ser żółty 40 g (MLE, BIA) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 389,4 Białko ogółem [g] 117,6 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 311,8 Błonnik pokarmowy [g] 37,9 suma cukrów prostych [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 29,3 Sól [g] 5,5
Podstawowa półznicza II trym OLK (C01)	Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata 250 ml	Maślanka a7 120 g	Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g ser żółty 40 g (MLE, BIA) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 428,9 Białko ogółem [g] 118,5 Tłuszcz [g] 79,6 Węglowodany ogółem [g] 320,9 Błonnik pokarmowy [g] 38,6 suma cukrów prostych [g] 62,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 29,3 Sól [g] 5,5
Łatwostrawna półznicza I trym OLK (C02)	Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 50 g Herbata 250 ml	Maślanka a7 120 g	Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 145 Białko ogółem [g] 111,5 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 291,8 Błonnik pokarmowy [g] 29,5 suma cukrów prostych [g] 55,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 22,4 Sól [g] 4,7

2026-05-22 piątek

Łatwostrawna polożnicza II trym.OLK (C02)	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 100 g Pomidor 50 g Herbata 250 ml</p>	Maślanka a7 120 g	<p>Zupa ryżowa. 400 ml (SEL) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml</p>		<p>Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Szynka drobiowa 60 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 280,3 Białko ogółem [g] 121,7 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 312,1 Błonnik pokarmowy [g] 33,2 suma cukrów prostych [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 22,5 Sól [g] 6,1</p>
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.II trym.OLK (C03)	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata b/c 250ml 250 ml</p>	Jabłko 100 g	<p>Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml</p>	Maślanka a7 120 g	<p>Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 60 g (MLE, BIA) szynka drobiowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml</p>	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 314,3 Białko ogółem [g] 120,1 Tłuszcz [g] 72 Węglowodany ogółem [g] 309,1 Błonnik pokarmowy [g] 41,8 suma cukrów prostych [g] 58,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 26,4 Sól [g] 5,9</p>
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.II trym.OLK (C03)	<p>Platki owsiane na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata b/c 250ml 250 ml</p>	Jabłko 100 g	<p>Barszcz ukraiński. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Ryba pieczona w jarzynach po grecku. 280 g (GLU, SEL, RYB) Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml</p>	Maślanka a7 120 g	<p>Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Szynka drobiowa 60 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml</p>	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 414,1 Białko ogółem [g] 128,9 Tłuszcz [g] 74,1 Węglowodany ogółem [g] 320,6 Błonnik pokarmowy [g] 42,5 suma cukrów prostych [g] 60,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 26,9 Sól [g] 6,4</p>
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	<p>Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU)	<p>Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (GLU) Sos pomidorowy 50 ml (MLE, BIA, GLU) fasolka szparagowa na parze 150 g Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml</p>	Jabłko prażone z biszkoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	<p>Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 60 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml</p>	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	<p>Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 532,8 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 44,3 Węglowodany ogółem [g] 197,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 67,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 15,5 Sól [g] 4,7</p>

2026-05-22 piątek	Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a/3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU)	Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Ryba pieczona 100 g (GLU) Sos pomidorowy 50 ml (MLE, BIA, GLU) fasolka szparagowa na parze 150 g Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Jablko prażone z biskoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 60 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 535,8 Białko ogółem [g] 94 Tłuszcz [g] 44,4 Węglowodany ogółem [g] 196,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 suma cukrów prostych [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 15,5 Sól [g] 4,8
	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a/3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU)	Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Ryba smażona panierowana 80 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	Jablko prażone z biskoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką 80 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 967,1 Białko ogółem [g] 101,3 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 252,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,3 suma cukrów prostych [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 22,2 Sól [g] 5,3
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01/2)	Platki owsiane na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a/3 50 g (JAJ) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU)	Zupa ryżowa 300 ml (SEL) Ryba smażona panierowana 80 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Fasolka szparagowa z bułką tartą /a1/ 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	Jablko prażone z biskoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Twaróg z zieloną pietruszką 80 g (MLE, BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 961,1 Białko ogółem [g] 98,5 Tłuszcz [g] 64,8 Węglowodany ogółem [g] 254,9 Błonnik pokarmowy [g] 22,1 suma cukrów prostych [g] 68,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 22,2 Sól [g] 5,1
2026-05-23 sobota	Podstawowa OLK (D01)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) gruszka 100 g	Fasolowa z ziemniakami. 400 ml (SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 161,3 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 62,5 Węglowodany ogółem [g] 319,9 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 77,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 18,5 Sól [g] 8	
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01/3)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) gruszka 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	marchew słupki 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 367,6 Białko ogółem [g] 93,2 Tłuszcz [g] 66,6 Węglowodany ogółem [g] 359,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 suma cukrów prostych [g] 105,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,1 Sól [g] 7,2

2026-05-23 sobota

Łatwostrawna OLK (D02)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) banan 100 g		Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 196,8 Białko ogółem [g] 88,2 Tłuszcz [g] 58,7 Węglowodany ogółem [g] 337,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 94 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 16,2 Sól [g] 6,9
Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) banan 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	marchew słułki 100 g	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 428,1 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 61,8 Węglowodany ogółem [g] 379 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 121,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 17,2 Sól [g] 7,1
Łatwostr. z ogr. subst pobudz. wydz. soku żółłdk. OLK	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) brzoskwinia w syropie 100 g		Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko pieczone 100 g Kompot 250ml 250 g		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 116,8 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 57,4 Węglowodany ogółem [g] 318,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,6 suma cukrów prostych [g] 76 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 15,9 Sól [g] 6,7
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) brzoskwinia w syropie 100 g		Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko pieczone 100 g Kompot 250ml 250 g		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 051,3 Białko ogółem [g] 84,2 Tłuszcz [g] 54,6 Węglowodany ogółem [g] 311,4 Błonnik pokarmowy [g] 17,8 suma cukrów prostych [g] 66,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 15,1 Sól [g] 6,6

2026-05-23 sobota

Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kakao na mleku b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kiełbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Budyń b/c/a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Jabłko 100 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g paszet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,3 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 326,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,7 Sól [g] 7,2
Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 490 Białko ogółem [g] 129,3 Tłuszcz [g] 94,2 Węglowodany ogółem [g] 285,1 Błonnik pokarmowy [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 70,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,4 Sól [g] 6,5
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 250 Białko ogółem [g] 116,6 Tłuszcz [g] 86,8 Węglowodany ogółem [g] 254,5 Błonnik pokarmowy [g] 10,2 suma cukrów prostych [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,5 Sól [g] 6
Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8

2026-05-23 sobota

Podstawowa porcja I trym OLK (C01)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) gruszka 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Fasolowa z ziemniakami. 400 ml (SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 319,6 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 349,6 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,3 Sól [g] 8,1
Podstawowa porcja II trym OLK (C01)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa kminkowa o.grzegorza 80 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) gruszka 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Fasolowa z ziemniakami. 400 ml (SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 395,1 Białko ogółem [g] 106,6 Tłuszcz [g] 67,8 Węglowodany ogółem [g] 351 Błonnik pokarmowy [g] 32,3 suma cukrów prostych [g] 99,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,3 Sól [g] 9,8
Łatwostrawna porcja I trym OLK (C02)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) banan 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 355,1 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 61,2 Węglowodany ogółem [g] 367,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 116,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17 Sól [g] 7
Łatwostrawna porcja II trym OLK (C02)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) banan 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 399,9 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 63 Węglowodany ogółem [g] 368,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 116,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17 Sól [g] 7,8

2026-05-23 sobota

Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.I trym.OLK (C03)	Kakao na mleku b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Budyń b/c/a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Jabłko 100 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztecik drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 272,3 Białko ogółem [g] 99,1 Tłuszcz [g] 68,5 Węglowodany ogółem [g] 326,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,7 Sól [g] 7,2
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.II trym.OLK (C03)	Kakao na mleku b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Budyń b/c/a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem /a1,7/ 350 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Jabłko 100 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g pasztecik drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Szyńka z indyka 60 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 326,6 Białko ogółem [g] 105,2 Tłuszcz [g] 70,3 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 65,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,7 Sól [g] 8,6
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) kielbasa kminkowa o.grzegorza 30 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) gruszka 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem 250 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	marchew słupki 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 513,7 Białko ogółem [g] 59 Tłuszcz [g] 38,2 Węglowodany ogółem [g] 240,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 94,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 11 Sól [g] 4,5
Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) kielbasa kminkowa o.grzegorza 30 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) banan 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem 250 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	marchew słupki 100 g	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 537,2 Białko ogółem [g] 60,8 Tłuszcz [g] 33,1 Węglowodany ogółem [g] 255,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 109,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 7,9 Sól [g] 4,7

2026-05-23 sobota	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02I2)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) banan 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem 300 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	marchew słupki 100 g	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) pasztet drobiowy 50 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 949,3 Białko ogółem [g] 78,6 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 301,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 112,5 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 13,4 Sól [g] 6,1
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01I2)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) gruszka 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z serem 300 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jogurt owocowy 1 szt /a7/ 100 ml (MLE, BIA) Jabłko 100 g Kompot 250ml 250 g	marchew słupki 100 g	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) pasztet drobiowy 50 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 922,8 Białko ogółem [g] 75,4 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 287,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 97,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 16,5 Sól [g] 5,9
2026-05-24 niedziela	Podstawowa OLK (D01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 954,5 Białko ogółem [g] 86 Tłuszcz [g] 56,2 Węglowodany ogółem [g] 286,4 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 53,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 13,7 Sól [g] 6,7
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01I3)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 138,8 Białko ogółem [g] 91,4 Tłuszcz [g] 58,8 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 58,5 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 14,4 Sól [g] 6,9
	Łatwostrawna OLK (D02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 805,4 Białko ogółem [g] 78 Tłuszcz [g] 45 Węglowodany ogółem [g] 280,6 Błonnik pokarmowy [g] 27,7 suma cukrów prostych [g] 48,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 7,9 Sól [g] 7,2

2026-05-24, niedziela	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,8 Białko ogółem [g] 95,4 Tłuszcz [g] 59,2 Węglowodany ogółem [g] 324,4 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 58,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 14,6 Sól [g] 6,7
	Łatwostr. z ogr. subst pobudz. wydz. soku żołądk. OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 834,1 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 41,5 Węglowodany ogółem [g] 289,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 5,8 Sól [g] 7
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 15 g (MLE) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 865,8 Białko ogółem [g] 82 Tłuszcz [g] 45,3 Węglowodany ogółem [g] 289,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,1 suma cukrów prostych [g] 54,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 3,6 Sól [g] 7
	Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 972,7 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 56,4 Węglowodany ogółem [g] 284,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,9 suma cukrów prostych [g] 36,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 13,6 Sól [g] 7,2

2026-05-24 niedziela

Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Kurczak gotowany 120 g (GLU, SEL)	jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 392,3 Białko ogółem [g] 122,9 Tłuszcz [g] 91,8 Węglowodany ogółem [g] 273,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 71 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 20,8 Sól [g] 4,5
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Kurczak gotowany 120 g (GLU, SEL)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 157,7 Białko ogółem [g] 110 Tłuszcz [g] 85,2 Węglowodany ogółem [g] 241,6 Błonnik pokarmowy [g] 6,9 suma cukrów prostych [g] 57 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 18,8 Sól [g] 4,1
Płynna z modyfikacją inozyd. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
Podstawowa połoźnicza I trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kiełbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Jogurt owocowy /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabko 100 g	Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 60 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 131 Białko ogółem [g] 96,1 Tłuszcz [g] 61,5 Węglowodany ogółem [g] 311,1 Błonnik pokarmowy [g] 32 suma cukrów prostych [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 15,3 Sól [g] 7,4
Podstawowa połoźnicza II trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kiełbasa krotoszyńska 80 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Jogurt owocowy /a7/ 100 g (MLE, BIA) banan 100 g	Pomidorowa z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 80 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 356 Białko ogółem [g] 104,1 Tłuszcz [g] 74,2 Węglowodany ogółem [g] 328,9 Błonnik pokarmowy [g] 32 suma cukrów prostych [g] 88,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 17,5 Sól [g] 8,3

2026-05-24 niedziela

Łatwostrawna półocznica I trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Jogurt owocowy /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g	Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 80 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 076,3 Białko ogółem [g] 89,7 Tłuszcz [g] 60,3 Węglowodany ogółem [g] 301,3 Błonnik pokarmowy [g] 30 suma cukrów prostych [g] 66 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 11,7 Sól [g] 8,1
Łatwostrawna półocznica II trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 80 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Jogurt owocowy /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g	Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 80 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 100,5 Białko ogółem [g] 95,2 Tłuszcz [g] 61,7 Węglowodany ogółem [g] 303,1 Błonnik pokarmowy [g] 30 suma cukrów prostych [g] 66 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 11,7 Sól [g] 8,9
Z ogr. łatwo przysw. węglow.pobóž. I trym.OLK (C03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 80 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 106,7 Białko ogółem [g] 100,1 Tłuszcz [g] 68,6 Węglowodany ogółem [g] 284,1 Błonnik pokarmowy [g] 31,6 suma cukrów prostych [g] 37,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 16,9 Sól [g] 8,3
Z ogr. łatwo przysw. węglow.pobóž. II trym.OLK (C03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 80 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt Jabłko 100 g	Pomidorowa z makaronem/dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 80 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 206,8 Białko ogółem [g] 106 Tłuszcz [g] 71,7 Węglowodany ogółem [g] 298,4 Błonnik pokarmowy [g] 33,9 suma cukrów prostych [g] 48,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 16,9 Sól [g] 9

2026-05-24 niedziela	Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 336,9 Białko ogółem [g] 66,9 Tłuszcz [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 201,4 Błonnik pokarmowy [g] 22,2 suma cukrów prostych [g] 48,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 5,3 Sól [g] 4,4
	Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Filet drobiowy w jarzynach /a1,9/ 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 339,9 Białko ogółem [g] 68,3 Tłuszcz [g] 32,2 Węglowodany ogółem [g] 200,2 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 48 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 5,3 Sól [g] 4,6
	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 740,9 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 248,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 11,4 Sól [g] 5
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny 100g 1 szt	Pomidorowa z makaronem /a1,7,9 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Schab w sosie własnym 150 g (GLU) Marchew duszona z groszkiem. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	Chrupki kukurydziane 30 g	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 740,9 Białko ogółem [g] 80,9 Tłuszcz [g] 51,6 Węglowodany ogółem [g] 248,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,9 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 11,4 Sól [g] 5
2026-05-25 poniedziałek	Podstawowa OLK (D01)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml		Żurek z ziemniakami 400ml./a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Łazanki z mięsem i kapustą kw./a1/ 350 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 289,7 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 322,4 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 55,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 18,5 Sól [g] 7,4

2026-05-25 poniedziałek

Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01/3)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Żurek z ziemniakami 400ml./a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Naleśniki z serem i sosem truskawkowym 300 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml	banan 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 363,1 Białko ogółem [g] 69 Tłuszcz [g] 74,3 Węglowodany ogółem [g] 361,9 Błonnik pokarmowy [g] 23,8 suma cukrów prostych [g] 121,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 18 Sól [g] 6,6
Łatwostrawna OLK (D02)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml		Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z mięsem duszonym w sosie własnym. 350 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi. 150 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Salata mix 35 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 433,3 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 343,1 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 16,9 Sól [g] 9,4
Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem i sosem truskawkowym 300 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml	banan 100 g	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 328,8 Białko ogółem [g] 72,9 Tłuszcz [g] 70,7 Węglowodany ogółem [g] 356,1 Błonnik pokarmowy [g] 20,5 suma cukrów prostych [g] 122,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 16,8 Sól [g] 6,6
Łatwostr. z ogr. subst pobudz. wydz. soku żołądk. OLK	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko pieczone 100 g Herbata 250 ml		Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z mięsem duszonym w sosie własnym. 350 g (GLU, JAJ) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Salata mix 35 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 479,8 Białko ogółem [g] 97,8 Tłuszcz [g] 83 Węglowodany ogółem [g] 342,6 Błonnik pokarmowy [g] 25,7 suma cukrów prostych [g] 67 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17,1 Sól [g] 8

2026-05-25 poniedziałek

Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko pieczone 100 g Herbata 250 ml		Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z mięsem duszonym w sosie własnym. 350 g (GLU, JAJ) Marchew got.oproszana. 150 g (MLE, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Salata mix 35 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 167,6 Białko ogółem [g] 82,9 Tłuszcz [g] 75,5 Węglowodany ogółem [g] 295,6 Błonnik pokarmowy [g] 24,8 suma cukrów prostych [g] 46,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 14,9 Sól [g] 6,6
Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą kw./a1/ 350 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Krakersy /a1/ 30 g (GLU)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,1 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 324,6 Błonnik pokarmowy [g] 29 suma cukrów prostych [g] 50 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 17,1 Sól [g] 8,1
Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Jogurt naturalny /a7/ 150 g (MLE, BIA)	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA) Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 459,9 Białko ogółem [g] 127,8 Tłuszcz [g] 93,1 Węglowodany ogółem [g] 282,8 Błonnik pokarmowy [g] 12 suma cukrów prostych [g] 73 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 20,9 Sól [g] 6,5
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 189,9 Białko ogółem [g] 112,9 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 249,1 Błonnik pokarmowy [g] 12 suma cukrów prostych [g] 56,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 18,7 Sól [g] 6

2026-05-25 poniedziałek

Plyma z modyfikacją indywid. - kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +sachary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +sachary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +sachary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
Podstawowa półznicza I trym OLK (C01)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Żurek z ziemniakami 400ml./a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Łazanki z mięsem i kapustą kw./a1/ 350 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 385,3 Białko ogółem [g] 81 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 346,3 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 18,5 Sól [g] 7,4
Podstawowa półznicza II trym OLK (C01)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Żurek z ziemniakami 400ml./a7,9/ 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, ŻYT) Łazanki z mięsem i kapustą kw./a1/ 350 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krakowska 60 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 407,9 Białko ogółem [g] 83,4 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 347,6 Błonnik pokarmowy [g] 26,1 suma cukrów prostych [g] 74,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 18,5 Sól [g] 7,8
Łatwostrawna półznicza I trym OLK (C02)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z mięsem duszonym w sosie własnym. 350 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi. 150 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Salata mix 35 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 528,9 Białko ogółem [g] 93,3 Tłuszcz [g] 78,4 Węglowodany ogółem [g] 367 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 16,9 Sól [g] 9,4

2026-05-25 poniedziałek

Łatwostrawna polożnicza II trym.OLK (C02)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Makaron z mięsem duszonym w sosie własnym. 350 g (GLU, JAJ) Surówka z marchwi. 150 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krakowska 60 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Salata mix 35 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 551,5 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 79,2 Węglowodany ogółem [g] 368,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 74,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 16,9 Sól [g] 9,8
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.I trym.OLK (C03)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą kw./a1/ 350 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Krakersy /a1/ 30 g (GLU)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Kielbasa krakowska 40 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 342,1 Białko ogółem [g] 84,3 Tłuszcz [g] 82,8 Węglowodany ogółem [g] 324,6 Błonnik pokarmowy [g] 29 suma cukrów prostych [g] 50 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 17,1 Sól [g] 8,1
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.II trym.OLK (C03)	Kasza manna na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka 90 g (MLE, JAJ, SEL, RYB) Jabłko 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Selerowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Łazanki z mięsem i kapustą kw./a1/ 350 g (GLU, JAJ) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Krakersy /a1/ 30 g (GLU)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krakowska 60 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 364,7 Białko ogółem [g] 86,7 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 325,9 Błonnik pokarmowy [g] 29 suma cukrów prostych [g] 50 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 17,1 Sól [g] 8,5
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka z jajkiem 60 g (MLE, BIA, JAJ, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Naleśnik z serem i sosem truskawkowym 150 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml	banan 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 419,6 Białko ogółem [g] 53,6 Tłuszcz [g] 35,8 Węglowodany ogółem [g] 228 Błonnik pokarmowy [g] 18 suma cukrów prostych [g] 111,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 11 Sól [g] 4,2

2026-05-25 poniedziałek	Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P021)	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka z jajkiem 60 g (MLE, BIA, JAJ, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Naleśnik z serem i sosem truskawkowym 150 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml	banan 100 g	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 422,6 Białko ogółem [g] 55,2 Tłuszcz [g] 35,9 Węglowodany ogółem [g] 226,8 Błonnik pokarmowy [g] 17 suma cukrów prostych [g] 110,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 11 Sól [g] 4,3
	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P022)	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka z jajkiem 100 g (MLE, BIA, JAJ, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem i sosem truskawkowym 300 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml	banan 100 g	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 912,1 Białko ogółem [g] 79,9 Tłuszcz [g] 55,7 Węglowodany ogółem [g] 281,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,5 suma cukrów prostych [g] 120,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 17,6 Sól [g] 5,7
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P012)	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Pasta z tuńczyka z jajkiem 100 g (MLE, BIA, JAJ, RYB) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Kisiel z cukrem 150 ml	Selerowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Naleśniki z serem i sosem truskawkowym 300 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Kompot owocowy 250 ml	banan 100 g	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Kielbasa krakowska 30 g (BIA, SEL, SOJ) Serek almette 30 g (BIA) Ogórek zielony 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 901,1 Białko ogółem [g] 76,9 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 282,3 Błonnik pokarmowy [g] 20,6 suma cukrów prostych [g] 120,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 17,6 Sól [g] 5,5
2026-05-26 wtorek	Podstawowa OLK (D01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml		Grochowa z makaronem. 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka z kaputy białej i marchwi z olejem. 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 200,1 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 315,1 Błonnik pokarmowy [g] 29,1 suma cukrów prostych [g] 70 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 18,4 Sól [g] 6,8
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P013)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 238,8 Białko ogółem [g] 100,5 Tłuszcz [g] 68,8 Węglowodany ogółem [g] 312 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 22,7 Sól [g] 7,1

2026-05-26 wtorek	Łatwostrawna OLK (D02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g		Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzeźgorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 121,3 Białko ogółem [g] 95,7 Tłuszcz [g] 65 Węglowodany ogółem [g] 295 Błonnik pokarmowy [g] 26,5 suma cukrów prostych [g] 67,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,6 Sól [g] 8
	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02(3))	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzeźgorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 278,8 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 69,2 Węglowodany ogółem [g] 314,8 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 80,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 22,8 Sól [g] 7,1
	Łatwostr. z ogr. subst.pobudz. wydz. soku żołądk. OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g		Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzeźgorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 161,3 Białko ogółem [g] 99,7 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 297,8 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 67,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,7 Sól [g] 8
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml		Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzeźgorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 039,3 Białko ogółem [g] 92,9 Tłuszcz [g] 61,4 Węglowodany ogółem [g] 283 Błonnik pokarmowy [g] 21,7 suma cukrów prostych [g] 52,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,5 Sól [g] 7,7

2026-05-26 wtorek

Z ogr. latwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 60 g (MLE, BIA) Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g	Wafle ryżowe 30 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka z kaputy białej i marchwi z olejem. 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 055,1 Białko ogółem [g] 104 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 270,5 Błonnik pokarmowy [g] 26,6 suma cukrów prostych [g] 32,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,5 Sól [g] 7,9
Papkováta OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Sucharki /a1,7 30 g (GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 581 Białko ogółem [g] 131,5 Tłuszcz [g] 99,9 Węglowodany ogółem [g] 292,6 Błonnik pokarmowy [g] 10,4 suma cukrów prostych [g] 74,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 22,2 Sól [g] 6,6
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 171,2 Białko ogółem [g] 113,3 Tłuszcz [g] 87,6 Węglowodany ogółem [g] 236,1 Błonnik pokarmowy [g] 9,6 suma cukrów prostych [g] 55,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,6 Sól [g] 5,9
Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8

2026-05-26 wtorek

Podstawowa półznicza I trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml	Mandarynki 100 g	Grochowa z makaronem. 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka z kaputy białej i marchwi z olejem. 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grze gorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 245,1 Białko ogółem [g] 105,3 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 326,3 Błonnik pokarmowy [g] 31 suma cukrów prostych [g] 79,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 18,4 Sól [g] 6,8
Podstawowa półznicza II trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml	Mandarynki 100 g	Grochowa z makaronem. 400 ml (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka z kaputy białej i marchwi z olejem. 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grze gorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 284,6 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 335,4 Błonnik pokarmowy [g] 31,8 suma cukrów prostych [g] 79,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 18,4 Sól [g] 6,8
Łatwostrawna półznicza I trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grze gorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 166,3 Białko ogółem [g] 96,3 Tłuszcz [g] 65,2 Węglowodany ogółem [g] 306,2 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 76,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,6 Sól [g] 8
Łatwostrawna półznicza II trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy dieta /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU, SEL, GOR) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grze gorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna [kcal] [kcal] 2 225,3 Białko ogółem [g] 96 Tłuszcz [g] 73,5 Węglowodany ogółem [g] 302,6 Błonnik pokarmowy [g] 28,1 suma cukrów prostych [g] 76,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 23,9 Sól [g] 8

2026-05-26 wtorek

Z ogr. łatwo przysw. węglow.pobż.I trym.OLK (C03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 60 g (MLE, BIA) Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka z kaputy białej i marchwi z olejem. 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 985,8 Białko ogółem [g] 101,6 Tłuszcz [g] 64,6 Węglowodany ogółem [g] 258,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,4 suma cukrów prostych [g] 42,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,5 Sól [g] 7,9
Z ogr. łatwo przysw.węglow.pobż.II trym.OLK (C03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 80 g (MLE, BIA) Szynka z indyka 60 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pomidor 100 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 120 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka z kaputy białej i marchwi z olejem. 150 g Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa kminkowa o. grzegorza 60 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 080,7 Białko ogółem [g] 107,2 Tłuszcz [g] 73,7 Węglowodany ogółem [g] 257,4 Błonnik pokarmowy [g] 27,1 suma cukrów prostych [g] 42,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 22 Sól [g] 8,5
Podstawowa dzieci. do 3lat OLK (P01/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Twarożek 40 g (MLE, BIA) dżem jednostkowy 25 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 80 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 50 ml (MLE, BIA, GLU) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) kielbasa kminkowa o.grzegorza 30 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 337,7 Białko ogółem [g] 63 Tłuszcz [g] 44,8 Węglowodany ogółem [g] 174,8 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 60 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 16 Sól [g] 4,3
Łatwostrawna dzieci. do 3lat OLK (P02/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Twarożek 40 g (MLE, BIA) dżem jednostkowy 25 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 80 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy 50 ml (MLE, BIA, GLU) Warzywa duszone. 150 g (GLU) Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	chleb pszenno-żytni 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) kielbasa kminkowa o.grzegorza 30 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 340,7 Białko ogółem [g] 64,4 Tłuszcz [g] 44,9 Węglowodany ogółem [g] 173,6 Błonnik pokarmowy [g] 18,2 suma cukrów prostych [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 16 Sól [g] 4,5

2026-05-26 wtorek	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02I2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 60 g (MLE, BIA) dżem jednostkowy 25 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 80 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Warzywa duszone. 150 g (GLU) ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 701,4 Białko ogółem [g] 79,1 Tłuszcz [g] 56,7 Węglowodany ogółem [g] 224,4 Błonnik pokarmowy [g] 21,2 suma cukrów prostych [g] 61,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17,9 Sól [g] 5,7
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01I2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Twarożek 60 g (MLE, BIA) dżem jednostkowy 25 g	Mandarynki 100 g	Wiosenna z makaronem 300 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, SEL) Pulpet drobiowo-wieprzowy pieczony 80 g (GLU, JAJ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Warzywa duszone. 150 g (GLU) ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Kielbasa kminkowa 50 g (MLE, JAJ, SEL, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 695,4 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 56,6 Węglowodany ogółem [g] 226,8 Błonnik pokarmowy [g] 23 suma cukrów prostych [g] 62,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17,9 Sól [g] 5,5
2026-05-27 środa	Podstawowa OLK (D01)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml		Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 393,9 Białko ogółem [g] 98,1 Tłuszcz [g] 86 Węglowodany ogółem [g] 302 Błonnik pokarmowy [g] 35,5 suma cukrów prostych [g] 49 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 28,7 Sól [g] 9,8
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01I3)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko prażone z biszkoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Knedle z truskawkami 350g /a3/ 350 g (MLE, BIA, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Ciastka kruche /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 253,5 Białko ogółem [g] 68,8 Tłuszcz [g] 63,8 Węglowodany ogółem [g] 360,2 Błonnik pokarmowy [g] 27,3 suma cukrów prostych [g] 87,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 15,8 Sól [g] 7,7
	Łatwostrawna OLK (D02)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml		Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 385,2 Białko ogółem [g] 96,6 Tłuszcz [g] 78,6 Węglowodany ogółem [g] 316,7 Błonnik pokarmowy [g] 33 suma cukrów prostych [g] 47,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 24,9 Sól [g] 8,7

2026-05-27 środa

Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko prażone z biszkoptem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Knedle z truskawkami 350g /a3/ 350 g (MLE, BIA, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Ciastka kruche /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 293,5 Białko ogółem [g] 72,8 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 363 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 87 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 16 Sól [g] 7,7
Łatwostr. z ogr. subst pobudz. wydz. soku żołądk. OLK	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml		Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kasotto mięsno-warzywne dieta. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,5 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 319,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 18,8 Sól [g] 9,1
Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml		Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kasotto mięsno-warzywne dieta. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 304,5 Białko ogółem [g] 92,6 Tłuszcz [g] 69,3 Węglowodany ogółem [g] 319,1 Błonnik pokarmowy [g] 28,4 suma cukrów prostych [g] 46,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 18,8 Sól [g] 9,1
Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Jabłko 100 g	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kasotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Maślanka a7 120 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Serek almette 30 g (BIA) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 420,5 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 29 Sól [g] 10

2026-05-27 środa

Papkováta OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA) Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 571,2 Białko ogółem [g] 130,2 Tłuszcz [g] 94,7 Węglowodany ogółem [g] 304,3 Błonnik pokarmowy [g] 11,6 suma cukrów prostych [g] 75,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,4 Sól [g] 6,4
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 216,6 Białko ogółem [g] 113,2 Tłuszcz [g] 84,7 Węglowodany ogółem [g] 254,3 Błonnik pokarmowy [g] 10,1 suma cukrów prostych [g] 56,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 18,7 Sól [g] 5,9
Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13IM	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
Podstawowa półznicza I trym OLK (C01)	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 100 g	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kasztotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 451,4 Białko ogółem [g] 98,6 Tłuszcz [g] 86,5 Węglowodany ogółem [g] 315,9 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 60,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 28,7 Sól [g] 9,8

2026-05-27 środa

Podstawowa półznicza II trym OLK (C01)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 100 g Maślanka a7 120 g	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 495,8 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 87,1 Węglowodany ogółem [g] 321,6 Błonnik pokarmowy [g] 37,8 suma cukrów prostych [g] 65,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 28,9 Sól [g] 10
Łatwostrawna półznicza I trym OLK (C02)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 100 g	Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 442,7 Białko ogółem [g] 97,1 Tłuszcz [g] 79,1 Węglowodany ogółem [g] 330,6 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 58,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 24,9 Sól [g] 8,7
Łatwostrawna półznicza II trym OLK (C02)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko 100 g Maślanka a7 120 g	Ziemniaczana dieta. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 487,1 Białko ogółem [g] 101,1 Tłuszcz [g] 79,7 Węglowodany ogółem [g] 336,3 Błonnik pokarmowy [g] 35,3 suma cukrów prostych [g] 64,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 25,1 Sól [g] 8,9
Z ogr. łatwo przysw. węglow.półz. I trym OLK (C03)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Jabłko 100 g	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszotto z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Maślanka a7 120 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata b/c 250ml 250 ml Serek almette 30 g (BIA)	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 420,5 Białko ogółem [g] 104,2 Tłuszcz [g] 87,3 Węglowodany ogółem [g] 301,2 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 50,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 29 Sól [g] 10

2026-05-27 środa

Z ogr. łatwo przysw. węglow. połóż. II trym. OLK (C03)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) papryka mix 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Jabłko 100 g	Kalafiorowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) kaszo z mięsem i warzywami. 300 g (MLE, SEL, GLU) Sos pomidorowy /a1,7,9/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Maślanka a7 120 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Pasta z ciecierzycy 100 g (ROŚ) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 469,1 Białko ogółem [g] 108 Tłuszcz [g] 90,6 Węglowodany ogółem [g] 302,1 Błonnik pokarmowy [g] 39,4 suma cukrów prostych [g] 50,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 30,1 Sól [g] 10,1
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) szynka premium konserwowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko prażone z biszkoitem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	Kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Knedle z truskawkami 250 g (MLE, BIA, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Ciastka kruche /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szynka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 461,9 Białko ogółem [g] 45,3 Tłuszcz [g] 43,1 Węglowodany ogółem [g] 228,8 Błonnik pokarmowy [g] 18,1 suma cukrów prostych [g] 71,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 11,4 Sól [g] 5,1
Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) szynka premium konserwowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko prażone z biszkoitem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	Kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Knedle z truskawkami 250 g (MLE, BIA, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Ciastka kruche /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szynka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 464,9 Białko ogółem [g] 46,7 Tłuszcz [g] 43,3 Węglowodany ogółem [g] 227,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 70,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 11,4 Sól [g] 5,3
Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko prażone z biszkoitem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	Kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Knedle z truskawkami 300 g (MLE, BIA, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Ciastka kruche /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 788,1 Białko ogółem [g] 57,7 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 274,1 Błonnik pokarmowy [g] 19,6 suma cukrów prostych [g] 74,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 12,9 Sól [g] 6,5

2026-05-27 środa	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01I2)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Jabłko prażone z biszkoitem 100 g (MLE, GLU, JAJ)	Kalafiorowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Knedle z truskawkami 300 g (MLE, BIA, JAJ) jogurt naturalny 100g 1 szt Kompot owocowy 250 ml	Ciastka kruche /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 782,1 Białko ogółem [g] 54,8 Tłuszcz [g] 53,8 Węglowodany ogółem [g] 276,5 Błonnik pokarmowy [g] 21,4 suma cukrów prostych [g] 75,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 12,9 Sól [g] 6,3
	Podstawowa OLK (D01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g		Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 095,8 Białko ogółem [g] 92,1 Tłuszcz [g] 69,8 Węglowodany ogółem [g] 288,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 19,5 Sól [g] 7,6
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01I3)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pierogi leniwe 200 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko 100 g Kompot owocowy 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 148,4 Białko ogółem [g] 89,1 Tłuszcz [g] 56,9 Węglowodany ogółem [g] 329,5 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 82,1 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 11,6 Sól [g] 8
	Łatwostrawna OLK (D02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g		Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 041,9 Białko ogółem [g] 90,9 Tłuszcz [g] 62,8 Węglowodany ogółem [g] 291,7 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 15,8 Sól [g] 8,8
	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02I3)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) Pierogi leniwe 200 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) banan 100 g Kompot owocowy 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 290,2 Białko ogółem [g] 92,5 Tłuszcz [g] 59,3 Węglowodany ogółem [g] 353,6 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 96,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 14,2 Sól [g] 7,1

2026-05-28 czwartek	Łatwostrz ogr. subst pobudz.wydz. soku ziołak. OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 086,6 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 suma cukrów prostych [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 16 Sól [g] 8,8	
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 086,6 Białko ogółem [g] 95 Tłuszcz [g] 63,2 Węglowodany ogółem [g] 295,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,1 suma cukrów prostych [g] 52,1 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 16 Sól [g] 8,8	
	Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g	Budyń b/c/a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczywo kuk-ryżowe 30 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 178,4 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 312,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 14,5 Sól [g] 10,4
	Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) udziec z kurczaka 100 g	jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] 2 268,8 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 81,2 Węglowodany ogółem [g] 281,5 Błonnik pokarmowy [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 68,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 16,6 Sól [g] 4

2026-05-28 czwartek	Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manną, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) udziec z kurczaka 100 g		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,8 Białko ogółem [g] 94,3 Tłuszcz [g] 73,8 Węglowodany ogółem [g] 250,9 Błonnik pokarmowy [g] 7,6 suma cukrów prostych [g] 54,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 14,7 Sól [g] 3,5	
	Płynna z modyfikacją, indywid. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8	
	Podstawowa połoźnicza I trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 208,6 Białko ogółem [g] 95,1 Tłuszcz [g] 71,2 Węglowodany ogółem [g] 310 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 51,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 19,5 Sól [g] 7,6
	Podstawowa połoźnicza II trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 267,6 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 79,5 Węglowodany ogółem [g] 306,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,2 suma cukrów prostych [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 21,7 Sól [g] 7,6
	Łatwostrawna połoźnicza I trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 154,7 Białko ogółem [g] 93,9 Tłuszcz [g] 64,2 Węglowodany ogółem [g] 313,3 Błonnik pokarmowy [g] 28,5 suma cukrów prostych [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 15,8 Sól [g] 8,8

2026-05-28 czwartek

Łatwostrawna polożnicza II trym. OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Krupnik ryżowy. 400 ml (SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 238,4 Białko ogółem [g] 93,7 Tłuszcz [g] 72,5 Węglowodany ogółem [g] 315,9 Błonnik pokarmowy [g] 28,6 suma cukrów prostych [g] 57,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 18 Sól [g] 8,8
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.II trym.OLK (C03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g	Budyń b/c /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczycwo kuk-ryżowe 30 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 178,4 Białko ogółem [g] 102,6 Tłuszcz [g] 64,3 Węglowodany ogółem [g] 312,5 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 51,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 14,5 Sól [g] 10,4
Z ogr. łatwo przysw. węglow.poloż.II trym.OLK (C03)	Kawa z mlekiem b/c /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g	Budyń b/c /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ogórkowa z ziemniakami. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami m 180 g (GLU, SEL, GOR) Marchew got.oprószana. 150 g (MLE, GLU) Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Pieczycwo kuk-ryżowe 30 g	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g kielbasa krotoszyńska 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml jogurt naturalny 100g 1 szt	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 237,4 Białko ogółem [g] 102,2 Tłuszcz [g] 72,6 Węglowodany ogółem [g] 308,9 Błonnik pokarmowy [g] 33,5 suma cukrów prostych [g] 51,7 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 16,8 Sól [g] 10,4
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Krupnik ryżowy 300 ml (SEL) Pierogi leniwe 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko 100 g Kompot owocowy 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) kielbasa krotoszyńska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 311 Białko ogółem [g] 53 Tłuszcz [g] 31,5 Węglowodany ogółem [g] 209,7 Błonnik pokarmowy [g] 13,7 suma cukrów prostych [g] 71,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 6,5 Sól [g] 4,2

2026-05-28 czwartek	Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Krupnik ryżowy 300 ml (SEL) Pierogi leniwe 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko 100 g Kompot owocowy 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) kielbasa krotozryńska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 314 Białko ogółem [g] 54,5 Tłuszcz [g] 31,6 Węglowodany ogółem [g] 208,5 Błonnik pokarmowy [g] 12,7 suma cukrów prostych [g] 71 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 6,5 Sól [g] 4,3
	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenny 60 g (GLU) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Krupnik ryżowy 300 ml (SEL) Pierogi leniwe 150 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko 100 g Kompot owocowy 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) kielbasa krotozryńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 700,4 Białko ogółem [g] 73,6 Tłuszcz [g] 46,5 Węglowodany ogółem [g] 254,2 Błonnik pokarmowy [g] 14,7 suma cukrów prostych [g] 72,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 9 Sól [g] 6
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Szynka beszkidzka 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Ogórkowa z ziemniakami 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pierogi leniwe 150 g (MLE, BIA, GLU, JAJ) Jabłko 100 g Kompot owocowy 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3,7/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) kielbasa krotozryńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 712,3 Białko ogółem [g] 71,7 Tłuszcz [g] 48,5 Węglowodany ogółem [g] 255,5 Błonnik pokarmowy [g] 17,2 suma cukrów prostych [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 9,6 Sól [g] 6,5
2026-05-29 piątek	Podstawowa OLK (D01)	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata 250 ml		Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Kotlet rybny smażony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Surówka meksykańska z kukurydzą 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 362,5 Białko ogółem [g] 104,7 Tłuszcz [g] 74,5 Węglowodany ogółem [g] 329,3 Błonnik pokarmowy [g] 32,1 suma cukrów prostych [g] 56,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 25,4 Sól [g] 6,3
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01/3)	Płatki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) serek homo waniliowy 100 g (MLE, BIA, GLU) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Kotlet rybny smażony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 441,4 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 73,3 Węglowodany ogółem [g] 361,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,5 suma cukrów prostych [g] 102,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 24 Sól [g] 5,2

2026-05-29 piątek	Łatwostrawna OLK (D02)		Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 226 Białko ogółem [g] 102 Tłuszcz [g] 62,4 Węglowodany ogółem [g] 327,6 Błonnik pokarmowy [g] 33,8 suma cukrów prostych [g] 61,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,9 Sól [g] 5,7
	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	jogurt naturalny 100g 1 szt	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 100 g	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 340,3 Białko ogółem [g] 97,6 Tłuszcz [g] 60,6 Węglowodany ogółem [g] 360,9 Błonnik pokarmowy [g] 25,4 suma cukrów prostych [g] 101,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 15,9 Sól [g] 5,1
	Łatwostr. z ogr. subst pobudz. wydz. soku żołądk. OLK		Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko pieczone 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 260,3 Białko ogółem [g] 102,7 Tłuszcz [g] 57 Węglowodany ogółem [g] 344,3 Błonnik pokarmowy [g] 26 suma cukrów prostych [g] 81,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 15,8 Sól [g] 5,4
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)		Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Pasta z lososia 90 g (JAJ, SEL, RYB) Jabłko pieczone 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 085,5 Białko ogółem [g] 75,9 Tłuszcz [g] 65,4 Węglowodany ogółem [g] 306,5 Błonnik pokarmowy [g] 23,6 suma cukrów prostych [g] 61,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 12 Sól [g] 5,5

2026-05-29 piątek

Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka meksykańska z kukurydzą 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Kefir /a7 120 g (BIA)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 60 g (MLE, BIA) szynka drobiowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,4 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 18,2 Sól [g] 7,9
Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)	Budyń z cukrem /a7/ 150 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 370,6 Białko ogółem [g] 119,9 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 271,1 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 suma cukrów prostych [g] 80,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,7 Sól [g] 6,1
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Udziec drobiowy gotowany z warzywami 150 g (GLU, SEL, GOR)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 152,3 Białko ogółem [g] 111,3 Tłuszcz [g] 86,6 Węglowodany ogółem [g] 235,2 Błonnik pokarmowy [g] 8,5 suma cukrów prostych [g] 54,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 19,3 Sól [g] 5,8
Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
Podstawowa półocznica 1trym OLK (C01)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata 250 ml	banan 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Kotlet rybny smażony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Surówka meksykańska z kukurydzą 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 508 Białko ogółem [g] 106,2 Tłuszcz [g] 75 Węglowodany ogółem [g] 364,6 Błonnik pokarmowy [g] 34,7 suma cukrów prostych [g] 85,4 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 25,4 Sól [g] 6,3

2026-05-29 piątek	Podstawowa półznicza II trym OLK (C01)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata 250 ml	banan 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Kotlet rybny smażony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Surówka meksykańska z kukurydzą 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 547,5 Białko ogółem [g] 107,1 Tłuszcz [g] 75,1 Węglowodany ogółem [g] 373,7 Błonnik pokarmowy [g] 35,4 suma cukrów prostych [g] 85,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 25,4 Sól [g] 6,3
	Łatwostrawna półznicza I trym OLK (C02)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 50 g Herbata 250 ml	banan 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 371,5 Białko ogółem [g] 103,5 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 362,9 Błonnik pokarmowy [g] 36,4 suma cukrów prostych [g] 90,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 20,9 Sól [g] 5,7
	Łatwostrawna półznicza II trym OLK (C02)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Pomidor 50 g Herbata 250 ml	banan 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 411 Białko ogółem [g] 104,5 Tłuszcz [g] 62,9 Węglowodany ogółem [g] 372,1 Błonnik pokarmowy [g] 37,1 suma cukrów prostych [g] 91 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 20,9 Sól [g] 5,7
	Z ogr. łatwo przysw. węglowod. I trym OLK (C03)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka meksykańska z kukurydzą 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Kefir /a7 120 g (BIA)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 60 g (MLE, BIA) szynka drobiowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 246,4 Białko ogółem [g] 107,7 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 318,3 Błonnik pokarmowy [g] 34,6 suma cukrów prostych [g] 45,5 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 18,2 Sól [g] 7,9

2026-05-29 piątek

Z ogr. łatwo przysw. węglow. połóż. II trym. OLK (C03)	Platki jęczmienne na mleku /a1,7/ 350 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Jajko gotowane/a3 50 g (JAJ) Pasta z zielonego groszku 50 g Chrzan 20 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mandarynki 100 g	Szpinakowa z ryżem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony /a1,3/ 120 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Sos koperkowy /a1,7/ 100 ml (MLE, BIA, GLU) Surówka meksykańska z kukurydzą 150 g Ziemniaki gotowane z tłuszczem 250 g (MLE, BIA) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Kefir /a7 120 g (BIA)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Twaróg z zieloną pietruszką /a7/ 100 g (MLE, BIA) szynka drobiowa 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 364,8 Białko ogółem [g] 115,2 Tłuszcz [g] 76 Węglowodany ogółem [g] 317 Błonnik pokarmowy [g] 34,3 suma cukrów prostych [g] 46,5 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 20,9 Sól [g] 8,4
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) serek homo waniliowy 60 g (MLE, BIA, GLU) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Szpinakowa z ryżem. 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony 80 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 100 g	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) dżem jednostkowy 25 g Herbata 250 ml		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 393,6 Białko ogółem [g] 62,6 Tłuszcz [g] 43,5 Węglowodany ogółem [g] 195,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,5 suma cukrów prostych [g] 75,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 12,4 Sól [g] 3,2
Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) serek homo waniliowy 60 g (MLE, BIA, GLU) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Szpinakowa z ryżem. 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony 80 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 100 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 100 g	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) dżem jednostkowy 25 g Herbata 250 ml		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 396,6 Białko ogółem [g] 64 Tłuszcz [g] 43,6 Węglowodany ogółem [g] 194,4 Błonnik pokarmowy [g] 16,6 suma cukrów prostych [g] 74,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 12,3 Sól [g] 3,2
Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) serek homo waniliowy 80 g (MLE, BIA, GLU) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Szpinakowa z ryżem. 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony 80 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 100 g	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 866,6 Białko ogółem [g] 76,2 Tłuszcz [g] 53,6 Węglowodany ogółem [g] 278,5 Błonnik pokarmowy [g] 22,6 suma cukrów prostych [g] 88,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 13,9 Sól [g] 4

2026-05-29 piątek	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01I2)	Platki jęczmienne na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) serek homo waniliowy 80 g (MLE, BIA, GLU) Jabłko 100 g Herbata 250 ml	jogurt naturalny 100g 1 szt	Szpinakowa z ryżem. 300 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Pulpet rybny pieczony 80 g (GLU, JAJ, RYB, ROŚ) Bukiet jarzyn gotowany na parze 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	Arbuz 100 g	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) Dżem owocowy niskosłodzony 50 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 860,6 Białko ogółem [g] 73,2 Tłuszcz [g] 53,5 Węglowodany ogółem [g] 280,9 Błonnik pokarmowy [g] 24,4 suma cukrów prostych [g] 89,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 13,9 Sól [g] 3,8
	Podstawowa OLK (D01)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g		Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 052,4 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 283,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 69 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 21,3 Sól [g] 6
2026-05-30 sobota	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P013)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	gruszka 100 g	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 192,3 Białko ogółem [g] 86,9 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 319,4 Błonnik pokarmowy [g] 24 suma cukrów prostych [g] 91,5 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 21,2 Sól [g] 5,9
	Łatwostrawna OLK (D02)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Salata mix 35 g		Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 105,2 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 286,7 Błonnik pokarmowy [g] 21 suma cukrów prostych [g] 68,6 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 24,4 Sól [g] 5,9
	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P023)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Jabłko 100 g	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 226 Białko ogółem [g] 90,7 Tłuszcz [g] 67,5 Węglowodany ogółem [g] 320,3 Błonnik pokarmowy [g] 19,2 suma cukrów prostych [g] 91,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycane ogółem [g] 21,4 Sól [g] 5,7

2026-05-30 sobota	Łatwostr z ogr. subst pobudz.wydz. soku ziołak OLK	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka luksusowa 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,2 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 12,4 Sól [g] 5,7	
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Szynka luksusowa 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 963,2 Białko ogółem [g] 79,3 Tłuszcz [g] 49,7 Węglowodany ogółem [g] 304,5 Błonnik pokarmowy [g] 16,2 suma cukrów prostych [g] 67,2 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 12,4 Sól [g] 5,7	
	Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	gruszka 100 g wafle ryżowe 10 g	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 028,2 Białko ogółem [g] 83,8 Tłuszcz [g] 63,4 Węglowodany ogółem [g] 290,1 Błonnik pokarmowy [g] 26,7 suma cukrów prostych [g] 63,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 20,1 Sól [g] 5,7
	Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ z kaszą manna, twarogiem miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) udziec z kurczaka 100 g	jogurt naturalny /a7 100 g (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manna, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 309,6 Białko ogółem [g] 111,6 Tłuszcz [g] 83,6 Węglowodany ogółem [g] 282,2 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 70 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 17,5 Sól [g] 4

2026-05-30 sobota	Płynna wzmocniona OLK (D12)		Ziemniaczana z mięsem. 400 ml (MLE, BIA, GLU, SEL) udziec z kurczaka 100 g		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/z kaszą manną, twarogiem, miodem 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] 2 069,6 Białko ogółem [g] 98,9 Tłuszcz [g] 76,2 Węglowodany ogółem [g] 251,6 Błonnik pokarmowy [g] 8,4 suma cukrów prostych [g] 56 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 15,6 Sól [g] 3,5
	Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13M		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
	Podstawowa połoźnicza I trym OLK (C01)	Kisiel z cukrem 150 ml	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 148 Białko ogółem [g] 87,5 Tłuszcz [g] 66,8 Węglowodany ogółem [g] 307 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 88,5 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 21,3 Sól [g] 6
	Podstawowa połoźnicza II trym OLK (C01)	Kisiel z cukrem 150 ml	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 340,2 Białko ogółem [g] 96,5 Tłuszcz [g] 83,3 Węglowodany ogółem [g] 308,8 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 89,3 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 25 Sól [g] 7,3
	Łatwostrawna połoźnicza I trym OLK (C02)	Kisiel z cukrem 150 ml	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 200,8 Białko ogółem [g] 85,8 Tłuszcz [g] 71,5 Węglowodany ogółem [g] 310,6 Błonnik pokarmowy [g] 21 suma cukrów prostych [g] 88,1 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczne ogółem [g] 24,4 Sól [g] 5,9

2026-05-30 sobota

Łatwostrawna północnica II trym.OLK (C02)	Kakao na mleku /a7 250 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Szynka luksusowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Salata mix 35 g	Kisiel z cukrem 150 ml	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 393 Białko ogółem [g] 94,8 Tłuszcz [g] 88 Węglowodany ogółem [g] 312,4 Błonnik pokarmowy [g] 21 suma cukrów prostych [g] 88,9 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 28,1 Sól [g] 7,2
Z ogr. łatwo przysw. węglow.półcz. I trym.OLK (C03)	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Szynka luksusowa 40 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	gruszka 100 g wafle ryżowe 10 g	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 220,3 Białko ogółem [g] 92,7 Tłuszcz [g] 79,8 Węglowodany ogółem [g] 291,9 Błonnik pokarmowy [g] 63,3 suma cukrów prostych [g] 64,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 23,8 Sól [g] 7
Z ogr. łatwo przysw. węglow.półcz. II trym.OLK (C03)	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 80 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Szynka luksusowa 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Ogórek zielony 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	gruszka 100 g wafle ryżowe 10 g	Gulaszowa z ziemniakami. 400 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym /a7/ 400 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Chleb graham /a1,3,7 100 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka konserwowa premium 60 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) ser fromage /a7/ 40 g (BIA) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 368,3 Białko ogółem [g] 98,8 Tłuszcz [g] 81,3 Węglowodany ogółem [g] 321,3 Błonnik pokarmowy [g] 30,6 suma cukrów prostych [g] 65 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 24 Sól [g] 8
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Szynka luksusowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g	gruszka 100 g	Gulaszowa z ziemniakami 300 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 200 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	Chleb pszenno-żytni /a1 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) szynka premium konserwowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 208,9 Białko ogółem [g] 48,3 Tłuszcz [g] 34,8 Węglowodany ogółem [g] 181,4 Błonnik pokarmowy [g] 15,4 suma cukrów prostych [g] 73,6 Kwasy tłuszczowe jednoniensäczone ogółem [g] 10,7 Sól [g] 3,3

2026-05-30 sobota	Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) Szynka luksusowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL) Pomidor 100 g	Jabko 100 g	Gulaszowa z ziemniakami 300 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 200 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) szynka premium konserwowa 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 205,6 Białko ogółem [g] 49,6 Tłuszcz [g] 35,1 Węglowodany ogółem [g] 178,3 Błonnik pokarmowy [g] 14,5 suma cukrów prostych [g] 73,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 10,7 Sól [g] 3,3
	Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenny 60 g (GLU) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 50 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Jabko 100 g	Gulaszowa z ziemniakami 300 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 300 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 676 Białko ogółem [g] 67,9 Tłuszcz [g] 53,7 Węglowodany ogółem [g] 237,6 Błonnik pokarmowy [g] 17,3 suma cukrów prostych [g] 80,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 16 Sól [g] 4,6
	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01/2)	Kakao na mleku 200 ml (MLE, BIA, GLU) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) pasztet drobiowy 50 g (GLU, SEL, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	gruszka 100 g	Gulaszowa z ziemniakami 300 g (MLE, BIA, SEL, GLU) Ryż z jabłkiem i sosem waniliowym 300 g (MLE, BIA, GLU) Kompot owocowy 250 ml	Kisiel b/c 150 ml	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szynka konserwowa premium 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) jogurt naturalny 100g 1 szt Pomidor 100 g Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 676,3 Białko ogółem [g] 65,3 Tłuszcz [g] 53,2 Węglowodany ogółem [g] 241,9 Błonnik pokarmowy [g] 19,1 suma cukrów prostych [g] 81,5 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 16 Sól [g] 4,4
2026-05-31 niedziela	Podstawowa OLK (D01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Kiełbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml		Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 231,9 Białko ogółem [g] 97,5 Tłuszcz [g] 78,5 Węglowodany ogółem [g] 294,4 Błonnik pokarmowy [g] 28,3 suma cukrów prostych [g] 65,2 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 26,4 Sól [g] 7,2
	Podstawowa Dzieci 10-18lat OLK (P01/3)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło ekstra 10 g (MLE, BIA) Kiełbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	muffinka z owocami 60 g (MLE, BIA, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szynka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 630,5 Białko ogółem [g] 103,6 Tłuszcz [g] 91,1 Węglowodany ogółem [g] 360,5 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 106,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 33,4 Sól [g] 7,3

2026-05-31 niedziela	Łatwostrawna OLK (D02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 227,4 Białko ogółem [g] 95,9 Tłuszcz [g] 78,2 Węglowodany ogółem [g] 294,7 Błonnik pokarmowy [g] 26,8 suma cukrów prostych [g] 60,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 26,3 Sól [g] 7,2	
	Łatwostrawna dzieci 10-18lat OLK (P02/3)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml	muffinka z owocami 60 g (MLE, BIA, GLU, JAJ)	Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 670,5 Białko ogółem [g] 107,6 Tłuszcz [g] 91,5 Węglowodany ogółem [g] 363,3 Błonnik pokarmowy [g] 25,1 suma cukrów prostych [g] 106,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 33,6 Sól [g] 7,1
	Łatwostrawna z ogr. subst pobudz. wydz. soku żołądk. OLK	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Zupa grysikowa. 400 ml (GLU, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 127,4 Białko ogółem [g] 90,5 Tłuszcz [g] 69,6 Węglowodany ogółem [g] 290,1 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 59,4 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 22,2 Sól [g] 6,4
	Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu OLK (D05)	Herbata 250 ml Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g		Zupa grysikowa. 400 ml (GLU, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Bułka pszenna 100g /a1/ 100 g (MLE, GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 005,3 Białko ogółem [g] 83,7 Tłuszcz [g] 65,6 Węglowodany ogółem [g] 275,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,5 suma cukrów prostych [g] 44,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 21 Sól [g] 6,2

2026-05-31 niedziela

Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów OLK (D03)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,5 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycne ogółem [g] 27,1 Sól [g] 7,4
Papkowata OLK (D11)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)	Chrupki kukurydziane 20 g Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Zupa grysikowa. 400 ml (GLU, SEL) Kurczak gotowany 120 g (GLU, SEL)	Biszkopty /a1,3/ 20 g (BIA, GLU) Mleko /a7/ 200 ml (MLE, BIA)	Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 443,9 Białko ogółem [g] 124 Tłuszcz [g] 92,3 Węglowodany ogółem [g] 283,4 Błonnik pokarmowy [g] 8,6 suma cukrów prostych [g] 72,9 Kwasy tłuszczowe jednoniencycne ogółem [g] 20,5 Sól [g] 5,1
Płynna wzmocniona OLK (D12)	Płynna mleczna /a1,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, ŻYT)		Zupa grysikowa. 400 ml (GLU, SEL) Kurczak gotowany 120 g (GLU, SEL)		Płynna mleczna-kolacja /a1,3,7/ 500 ml (MLE, BIA, GLU, JAJ, ŻYT)		Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 089,3 Białko ogółem [g] 107 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 233,4 Błonnik pokarmowy [g] 7,1 suma cukrów prostych [g] 53,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycne ogółem [g] 17,8 Sól [g] 4,6
Płynna z modyfikacją indywid. -kleikowa KOD: 13/M	Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)		Kleik ryżowy +suchary /a1,7/ 350 ml (GLU)	sucharki 40g 40 g (GLU)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 1 069,8 Białko ogółem [g] 23,2 Tłuszcz [g] 13,8 Węglowodany ogółem [g] 214,8 Błonnik pokarmowy [g] 7 suma cukrów prostych [g] 0,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycne ogółem [g] 0,3 Sól [g] 0,8
Podstawowa półocznica 1 trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	banan 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 377,4 Białko ogółem [g] 99 Tłuszcz [g] 79 Węglowodany ogółem [g] 329,7 Błonnik pokarmowy [g] 30,9 suma cukrów prostych [g] 94 Kwasy tłuszczowe jednoniencycne ogółem [g] 26,4 Sól [g] 7,2

2026-05-31 niedziela

Podstawowa porcja II trym OLK (C01)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g Herbata 250 ml	banan 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 465,5 Białko ogółem [g] 103,7 Tłuszcz [g] 82,3 Węglowodany ogółem [g] 339,8 Błonnik pokarmowy [g] 31,7 suma cukrów prostych [g] 95,1 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 27,5 Sól [g] 7,2
Łatwostrawna porcja I trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 372,9 Białko ogółem [g] 97,4 Tłuszcz [g] 78,7 Węglowodany ogółem [g] 330 Błonnik pokarmowy [g] 29,4 suma cukrów prostych [g] 89,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 26,3 Sól [g] 7,2
Łatwostrawna porcja II trym OLK (C02)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy 250 ml		Chleb pszenno-żytni /a1/ 100 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 461 Białko ogółem [g] 102,1 Tłuszcz [g] 82 Węglowodany ogółem [g] 340,1 Błonnik pokarmowy [g] 30,2 suma cukrów prostych [g] 90,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 27,4 Sól [g] 7,2
Z ogr. łatwo przysw. węglowod. porcja I trym OLK (C03)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 200 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyunka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] [kcal] 2 329,5 Białko ogółem [g] 106,3 Tłuszcz [g] 82,2 Węglowodany ogółem [g] 301,9 Błonnik pokarmowy [g] 29,9 suma cukrów prostych [g] 53,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 27,1 Sól [g] 7,4

2026-05-31 niedziela

Z ogr. łatwo przysw. węglow. połóż. II trym. OLK (C03)	Kawa z mlekiem /a7/ 250 ml (MLE, BIA) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	jogurt naturalny /a7/ 100 g (MLE, BIA)	Rosół z makaronem /a1,9/ 400 ml (GLU, JAJ, SEL) Udziec z kurczaka pieczony 120 g (GLU, SEL) Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 250 g Kompot owocowy b/c 250ml 250 ml	Biszkopty b/c /a1,3/ 30 g (MLE, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Chleb graham 70 g (GLU, ŻYT) tłuszcz roślinny/p 15 g Szyńka z indyka 40 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) serek Almette 60 g (BIA) Salatka jarzynowa z jogurtem. 100 g (MLE, BIA, GLU, JAJ, GOR) Herbata b/c 250ml 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 2 417,6 Białko ogółem [g] 111 Tłuszcz [g] 85,5 Węglowodany ogółem [g] 312 Błonnik pokarmowy [g] 30,7 suma cukrów prostych [g] 54,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 28,2 Sól [g] 7,5
Podstawowa dzieci do 3lat OLK (P01/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Salatka z buraczków z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml	muffinka z owocami 60 g (MLE, BIA, GLU, JAJ)	Chleb pszenno-żytni /a1/ 30 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 588,7 Białko ogółem [g] 75,3 Tłuszcz [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 227,9 Błonnik pokarmowy [g] 20,8 suma cukrów prostych [g] 95,3 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 15,6 Sól [g] 4,5
Łatwostrawna dzieci do 3lat OLK (P02/1)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenny 30 g (GLU) Masło ekstra 5 g (MLE, BIA) kielbasa krotoszyńska 30 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 100 g Salatka z buraczków z olejem 150 g Kompot owocowy 250 ml	muffinka z owocami 60 g (MLE, BIA, GLU, JAJ)	chleb pszenny 30 g (GLU) Tłuszcz roślinny 5 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 591,7 Białko ogółem [g] 76,7 Tłuszcz [g] 44,6 Węglowodany ogółem [g] 226,7 Błonnik pokarmowy [g] 19,8 suma cukrów prostych [g] 94,7 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 15,6 Sól [g] 4,7
Łatwostrawna dzieci 4-9lat OLK (P02/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenny 60 g (GLU) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Salatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	muffinka z owocami 60 g (MLE, BIA, GLU, JAJ)	chleb pszenny 60 g (GLU) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Salatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 913,5 Białko ogółem [g] 87,4 Tłuszcz [g] 55,6 Węglowodany ogółem [g] 274,3 Błonnik pokarmowy [g] 22,7 suma cukrów prostych [g] 95,8 Kwasy tłuszczowe jednoniencycliczne ogółem [g] 16,8 Sól [g] 5,8

2026-05-31 niedziela	Podstawowa dzieci 4-9lat OLK (P01/2)	Kawa z mlekiem 200 ml (MLE, BIA) chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) masło extra 10 g (MLE, BIA) Kielbasa krotoszyńska 50 g (MLE, GLU, JAJ, SEL, DWU, SOJ, GOR) Pomidor 100 g	banan 100 g	Rosół z makaronem 300 ml (GLU, JAJ, SEL) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sałatka z buraczków z olejem 150 g Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy 250 ml	muffinka z owocami 60 g (MLE, BIA, GLU, JAJ)	chleb pszenno-żytni 60 g (GLU, ŻYT) Tłuszcz roślinny 10 g (MLE) Szyńka z indyka 30 g (GLU, JAJ, SEL, GOR) Serek almette 30 g (BIA) Sałatka jarzynowa/dieta. 100 g (MLE, BIA) Herbata 250 ml	Mus warzywno-owocowy 100 g (MLE)	Wartość energetyczna[kcal] 1 907,5 Białko ogółem [g] 84,4 Tłuszcz [g] 55,4 Węglowodany ogółem [g] 276,7 Błonnik pokarmowy [g] 24,5 suma cukrów prostych [g] 96,8 Kwasy tłuszczowe jednoniensyczone ogółem [g] 16,8 Sól [g] 5,6
----------------------	--------------------------------------	---	-------------	---	---	---	---	---