

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DOI 22.04-01.05.2026 Razem E: 2112,7 kcal   B:104,2 g   T:73,8 g   W:276,9 g SFA 30,6 g   Cukry 59,7 g   Sól 6,6 g   Błonnik 24,1 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 80g; ser twarogowy półtłusty 50g; <b>(7)</b> dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Kompot bez cukru 220g Sos własny 100g <b>(1, 9)</b> Szynka pieczona 140g Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g <b>(7, 9)</b>  kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150g; <b>(1)</b> brokuły, gotowane, odsączone, bez soli 80g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Galaretka z owocami 200g
Podstawowa DOI 22.04-02.05.2026 Razem E: 2080,8 kcal   B:99,5 g   T:52,8 g   W:320,9 g SFA 13,4 g   Cukry 65,5 g   Sól 5,6 g   Błonnik 43,9 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50g; ser twarogowy półtłusty 50g; <b>(7)</b> dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa grochowa 400g <b>(9)</b> Filet z kurczaka gotowany na parze 100g Lekki sos koperkowy 100g <b>(1, 7, 9)</b> Marchew z groszkiem 150g <b>(1)</b> Kompot bez cukru 220g ryż brązowy, gotowany 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> sałatka jarzynowa z warzyw gotowanych, z majonezem i jogurtem naturalnym 100g; <b>(3, 7, 9)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	sok pomidorowy 250g;
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2068,4 kcal   B:109,0 g   T:69,5 g   W:263,9 g SFA 28,9 g   Cukry 51,0 g   Sól 5,7 g   Błonnik 24,7 g	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 400g <b>(1, 7)</b>  Papryka pieczona 60g  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Kompot bez cukru 220g Barszcz ukraiński bez fasoli 400g <b>(7, 9)</b> Szynka pieczona 140g Sos własny 100g <b>(1, 9)</b>  kasza kuskus, po obróbce termicznej 150g; <b>(1)</b> brokuły, gotowane, odsączone, bez soli 80g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> buraki gotowane, odsączone, bez soli 60g; mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Galaretka z owocami 200g
Z ogr. łatwo przys. - węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1933,5 kcal   B:99,8 g   T:64,6 g   W:262,9 g SFA 26,3 g   Cukry 61,1 g   Sól 6,9 g   Błonnik 32,2 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Owocowa pianka jogurtowa 300g <b>(7)</b>	Kompot bez cukru 220g Szynka pieczona 140g Sos własny 100g <b>(1, 9)</b> Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 400g <b>(7, 9)</b>  kasza jęczmienna, pęczak gotowana 200g; <b>(1)</b> brokuły, gotowane, odsączone, bez soli 80g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Twarożek a`la tatziki 60g <b>(7)</b> chleb chrupki 25g; <b>(1)</b>

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DOI 22.04-01.05.2026 Razem E: 2034,8 kcal   B 87,7 g   T 71,3 g   W 273,7 g SFA 34,0 g   Cukry 47,8 g   Sól 12,6 g   Błonnik 26,7 g	Zupa mleczna z makaronem 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa jarzynowa klasyczna 400g <b>(9)</b> Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 160g <b>(1, 3, 7)</b> Buraczki gotowane tarte 80g Kompot bez cukru 220g  ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, cherry 80g; ser, gouda tłusty 40g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok pomidorowy 250g;
Podstawowa DOI 22.04-02.05.2026 Razem E: 1984,3 kcal   B 106,3 g   T 59,9 g   W 267,6 g SFA 20,6 g   Cukry 51,1 g   Sól 7,6 g   Błonnik 26,4 g	Zupa mleczna z makaronem 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> twarożek grani, naturalny 50g; <b>(7)</b> margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa zacierkowa z warzywami 400g <b>(1, 9)</b> Pieczony kotlet z dorsza 160g <b>(1, 3, 4)</b>  Kompot bez cukru 220g Puree ziemniaczane 200g  kapusta biała, gotowana, zasmażana 100g; <b>(1)</b>	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 70g; <b>(1)</b> pomidory, cherry 50g; ser, gouda tłusty 40g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; chleb pszenny 30g; <b>(1)</b>	Koktajl jabłkowo-cynamonowy 200g <b>(7)</b>
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2123,3 kcal   B 106,9 g   T 65,3 g   W 290,5 g SFA 33,2 g   Cukry 49,2 g   Sól 7,8 g   Błonnik 26,4 g	Zupa mleczna z makaronem 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa koperkowa z makaronem drobnoziarnistym 400g <b>(1, 3, 7, 9)</b> Buraczki gotowane tarte 80g Kompot bez cukru 220g Klopsiki drobiowe gotowane 160g <b>(1, 3)</b> Sos jarzynowy do pulpetów 100g <b>(1, 9)</b>  ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, bez soli 200g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok pomidorowy 250g;
Zogr. łatwo przys. - węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1838,6 kcal   B 75,3 g   T 69,8 g   W 243,2 g SFA 32,8 g   Cukry 50,0 g   Sól 12,2 g   Błonnik 34,8 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Koktajl jabłkowo-cynamonowy 300g <b>(7)</b>	Zupa jarzynowa klasyczna 400g <b>(9)</b> Gołąbki bez zawijania w sosie pomidorowym 160g <b>(1, 3, 7)</b> Kompot bez cukru 220g  ziemniaki, gotowane w mundurkach, mięsz, z solą 200g; Mizeria 100g; <b>(7)</b>	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, cherry 80g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok pomidorowy 250g; wafle ryżowe wieloziarniste 20g; <b>(11)</b>

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 22.04-01.05.2026 Razem E: 2024,5 kcal   B:107,1 g   T:57,6 g   W:277,7 g SFA:26,6 g   Cukry:43,9 g   Sól:7,0 g   Błonnik:21,5 g	Zupa mleczna z ryżem 400g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; wieprzowina, schab, pieczony 60g; hummus, domowy 30g; <b>(11)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Mintaj pieczony 150g Puree ziemniaczane 200g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g krupnik z kaszy jęczmiennej 400g; <b>(1, 9)</b> kapusta kiszona 100g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, cherry 80g; serek twarogowy, ziarnisty 50g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Budyń bez cukru z owocami 250g <b>(7)</b>
Podstawowa DO1 22.04-02.05.2026 Razem E: 2222,2 kcal   B:102,5 g   T:62,2 g   W:325,3 g SFA:20,0 g   Cukry:48,1 g   Sól:6,8 g   Błonnik:29,2 g	Zupa mleczna z ryżem 400g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; hummus, domowy 60g; <b>(11)</b> wieprzowina, schab, pieczony 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa jarzynowa klasyczna 400g <b>(9)</b> Duszony kurczak 100g Sos po meksykańsku do kurczaka 250g Kompot bez cukru 220g ryż brązowy, gotowany 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> paprykarz "szczeciński" 60g; <b>(4)</b> pomidory, cherry 50g; mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> Sałata 10g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	Ciasto drożdżowe z owocami 80g <b>(1, 3, 7)</b>
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2088,9 kcal   B:119,3 g   T:54,3 g   W:289,4 g SFA:28,4 g   Cukry:52,9 g   Sól:6,1 g   Błonnik:20,8 g	Zupa mleczna z ryżem 400g <b>(7)</b> Pasta twarożek z koperkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 60g; wieprzowina, schab, pieczony 60g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa pomidorowa z ryżem białym 400g <b>(7, 9)</b> Mintaj pieczony 150g Puree ziemniaczane 200g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g fasola szparagowa zielona 80g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50g; serek twarogowy, ziarnisty 50g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Budyń bez cukru z owocami 250g <b>(7)</b>
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1909,5 kcal   B:107,1 g   T:57,6 g   W:259,6 g SFA:28,0 g   Cukry:33,8 g   Sól:9,3 g   Błonnik:38,9 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; wieprzowina, schab, pieczony 60g; hummus, domowy 30g; <b>(11)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	KANAPKA Z SZYNKĄ I OGÓRKIEM KISZONYM 215g <b>(1, 7)</b>	Mintaj pieczony 150g Puree ziemniaczane 200g <b>(7)</b> Kapusta biała parzona 100g Kompot bez cukru 220g krupnik z kaszy jęczmiennej 400g; <b>(1, 9)</b>	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, cherry 80g; serek twarogowy, ziarnisty 50g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Budyń bez cukru z owocami 250g <b>(7)</b>

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 22.04-01.05.2026 Razem E: 2365,0 kcal   B 124,9 g   T 78,6 g   W 307,3 g SFA 36,4 g   Cukry 58,5 g   Sól 6,7 g   Błonnik 33,7 g	Zupa mleczna z zacierką 400g <b>(1, 3, 7)</b> Pasta rybna 60g <b>(4, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> Papryka czerwona 50g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa fasolowa 400g <b>(9)</b> Marchew gotowana z niewielką ilością masła 80g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g Pieczona rolada drobiowa 140g <b>(7)</b> Sos koperkowy do rolady 100g <b>(1, 7, 9)</b> ryż brązowy, gotowany 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy półtłusty 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Sałatka brokułowa z fetą 200g <b>(1, 7)</b>
Podstawowa DO1 22.04-02.05.2026 Razem E: 2170,8 kcal   B 111,2 g   T 62,4 g   W 303,7 g SFA 19,1 g   Cukry 62,2 g   Sól 7,0 g   Błonnik 26,9 g	Zupa mleczna z zacierką 400g <b>(1, 3, 7)</b> Pasta rybna 60g <b>(3, 4, 7, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> Papryka czerwona 50g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa pieczarkowa z makaronem 400g <b>(1, 7, 9)</b> Kotlet pożarski pieczony 160g <b>(1, 3, 7)</b> Kompot bez cukru 220g Puree ziemniaczane 200g  surówka wielowarzywna z jogurtem naturalnym 80g; <b>(7)</b>	Sałatka z kaszą bulgur 200g <b>(1, 3, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50g; hummus, domowy 20g; <b>(11)</b> margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	Sałatka brokułowa z fetą 200g <b>(1, 7)</b>
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 1994,3 kcal   B 101,1 g   T 63,6 g   W 268,7 g SFA 30,9 g   Cukry 55,4 g   Sól 7,2 g   Błonnik 22,9 g	Zupa mleczna z zacierką 400g <b>(1, 3, 7)</b> Pasta rybna 60g <b>(3, 4, 7, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> Papryka czerwona 80g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa ryżanka z warzywami 400g <b>(9)</b> Marchew gotowana z niewielką ilością masła 120g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g Pieczona rolada drobiowa 140g <b>(7)</b> Sos koperkowy do rolady 100g <b>(1, 7, 9)</b> ryż biały, gotowany 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Mus owocowy 200g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 2269,6 kcal   B 116,3 g   T 72,0 g   W 308,9 g SFA 27,8 g   Cukry 41,6 g   Sól 7,9 g   Błonnik 48,1 g	Pasta rybna 60g <b>(3, 4, 7, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> Papryka czerwona 50g; dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Sałatka "śledziowa" z buraka 150g <b>(3, 7)</b> chleb chrupki 25g; <b>(1)</b>	Zupa fasolowa 400g <b>(9)</b> Kompot bez cukru 220g Surówka z kapusty kiszzonej 80g Pieczona rolada drobiowa 140g <b>(7)</b> Sos koperkowy do rolady 100g <b>(1, 7, 9)</b> ryż brązowy, gotowany 200g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Sałatka brokułowa z fetą 200g <b>(1, 7)</b>

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DOI 22.04-01.05.2026 Razem E: 2285,1 kcal   B:106,2 g   T:68,8 g   W:324,9 g SFA 32,9 g   Cukry 49,0 g   Sól 7,0 g   Błonnik 30,8 g	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b> Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 190g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z brokuła z groszkiem ptyśowym 350g <b>(1, 3, 6, 9)</b> Kotlet mielony pieczony 160g <b>(1, 3, 7)</b> Puree ziemniaczane 200g <b>(7)</b> Kapusta modra duszona 80g <b>(12)</b> Kompot bez cukru 220g	Pasztet, wyrób własny 60g <b>(9)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy półtłusty 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok pomidorowy 250g;
Podstawowa DOI 22.04-02.05.2026 Razem E: 1929,2 kcal   B:109,3 g   T:55,4 g   W:261,2 g SFA 19,8 g   Cukry 54,7 g   Sól 7,9 g   Błonnik 27,7 g	Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50g; mozzarella, z pełnego mleka 40g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa ogórkowa 400g <b>(9)</b> Schab duszony 100g Sos własny 100g <b>(1, 9)</b> Buraczki gotowane tarte 80g Kompot bez cukru 220g kasza bulgur, gotowana 150g; <b>(1)</b>	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50g; szynka z piersi kurczaka 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	maślanka spożywcza, 1,5 % tłuszczu 150g; <b>(7)</b> jabłko 150g;
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2000,6 kcal   B:105,1 g   T:60,1 g   W:272,8 g SFA 30,3 g   Cukry 46,6 g   Sól 6,1 g   Błonnik 27,4 g	Pasta twarożek z koperkiem 60g <b>(7)</b> Zupa mleczna z kaszą jaglaną 400g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z brokuła z groszkiem ptyśowym 350g <b>(1, 3, 6, 9)</b> Kotlet mielony pieczony 160g <b>(1, 3, 7)</b> Puree ziemniaczane 200g <b>(7)</b> Warzywa duszone (brokuł i marchew) 80g Kompot bez cukru 220g	Pasztet, wyrób własny 60g <b>(9)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok pomidorowy 250g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1881,3 kcal   B:95,6 g   T:63,2 g   W:253,1 g SFA 31,2 g   Cukry 34,2 g   Sól 6,9 g   Błonnik 42,9 g	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Kanapka z mozzarellą w stylu włoskim 135g <b>(1, 7)</b>	Zupa brokułowa z makaronem pełnoziarnistym 350g <b>(1, 9)</b> Kotlet mielony pieczony 160g <b>(1, 3, 7)</b> Puree ziemniaczane 200g <b>(7)</b> Kapusta modra duszona 80g <b>(12)</b> Kompot bez cukru 220g	Pasztet, wyrób własny 60g <b>(9)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok pomidorowy 250g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DOI 22.04-01.05.2026 Razem E: 2036,7 kcal   B 94,8 g   T 65,4 g   W 279,7 g SFA 31,3 g   Cukry 51,5 g   Sól 5,5 g   Błonnik 25,1 g	Zupa mleczna z kaszą manną 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> pomidory, cherry 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Barszcz ukraiński 400g <b>(7, 9)</b> Udko drobiowe pieczone 120g Kompot bez cukru 220g Surówka z marchwi, jabłka i selera bez cukru 100g <b>(7, 9)</b>  ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, bez soli 200g;	Salatka gyros 205g <b>(1, 3, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Koktajl jabłkowo-cynamonowy 200g <b>(7)</b>
Podstawowa DOI 22.04-02.05.2026 Razem E: 2115,2 kcal   B 96,0 g   T 69,3 g   W 291,8 g SFA 24,9 g   Cukry 50,4 g   Sól 5,4 g   Błonnik 26,8 g	Zupa mleczna z kaszą manną 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> pomidory, cherry 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g; Sałata 10g;		Zupa krem z brokuła z groszkiem ptyisiowym 350g <b>(1, 3, 6, 9)</b> Mięso duszone do gulaszu wieprzowe 100g Sos do gulaszu 100g <b>(1)</b> Kompot bez cukru 220g  kasza gryczana prażona, gotowana 150g; marchew, młoda 80g;	Salatka ryżowa z warzywami, szynką, ciecierzycą i jogurtem naturalnym 200g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 60g; <b>(7)</b> margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	Gotowany ryż brązowy z jabłkiem i jogurtem 100g <b>(7)</b>
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2142,6 kcal   B 99,1 g   T 64,7 g   W 302,3 g SFA 30,4 g   Cukry 44,9 g   Sól 5,1 g   Błonnik 22,1 g	Zupa mleczna z kaszą manną 400g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> pomidory, czerwone 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Udko drobiowe pieczone 120g Surówka z marchwi bez cukru 80g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g krupnik z kaszy jęczmiennej 400g; <b>(1, 9)</b> ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, bez soli 200g;	Salatka makaronowa z burakiem, tartym jabłkiem, twarogiem w lekkim sosie jogurtowym 200g <b>(1, 3, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Galaretkę z owocami 200g
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1937,7 kcal   B 82,3 g   T 79,3 g   W 242,8 g SFA 35,8 g   Cukry 36,5 g   Sól 6,1 g   Błonnik 38,1 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> jaja gotowane 60g; <b>(3)</b> pomidory, cherry 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; Sałata 30g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Kefirnik z chlebem 250g <b>(1, 7)</b>	Barszcz ukraiński 400g <b>(7, 9)</b> Udko drobiowe pieczone 120g Kompot bez cukru 220g Surówka z marchwi, jabłka i selera bez cukru 100g <b>(7, 9)</b>  ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, bez soli 200g;	Salatka gyros 205g <b>(1, 3, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	pomidory, cherry 50g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> chleb chrupki 25g; <b>(1)</b>

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 22.04-01.05.2026 Razem E: 1837,0 kcal   B 97,6 g   T 60,9 g   W 236,8 g SFA 27,7 g   Cukry 34,4 g   Sól 7,9 g   Błonnik 26,0 g	Kawa zbożowa z mlekien 250g <b>(1, 7)</b> chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50g; ser, gouda tłusty 40g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa z brukselką 400g <b>(9)</b> Kompot bez cukru 220g Klopsiki drobiowe gotowane 160g <b>(1, 3)</b> Sos pomidorowy do mięsa 100g <b>(7, 9)</b> kasza bulgur, gotowana 150g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 80g;	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Ciasto drożdżowe z owocami 80g <b>(1, 3, 7)</b>
Podstawowa DO1 22.04-02.05.2026 Razem E: 1910,2 kcal   B 102,3 g   T 73,3 g   W 221,9 g SFA 24,2 g   Cukry 47,3 g   Sól 6,2 g   Błonnik 25,8 g	Kawa zbożowa z mlekien 250g <b>(1, 7)</b> chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50g; ser, gouda tłusty 40g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Pieczona rolada drobiowa 140g <b>(7)</b> Lekki sos szpinakowy 100g <b>(1, 7, 9)</b> Surówka z marchwi bez cukru 80g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g kapuśniak z kwaszonej kapusty 400g; <b>(1)</b> ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	Pasta mięsna 60g <b>(3, 9, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50g; ser, gouda tłusty 40g; <b>(7)</b> margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	Ciasto jogurtowe 80g;
Podstawowa DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 1944,4 kcal   B 102,0 g   T 57,8 g   W 265,5 g SFA 25,8 g   Cukry 36,1 g   Sól 6,9 g   Błonnik 24,0 g	Kawa zbożowa z mlekien 250g <b>(1, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> brokuły, gotowane, odsączone, bez soli 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z cukinii 350g <b>(7, 9)</b> Kompot bez cukru 220g Klopsiki drobiowe gotowane 160g <b>(1, 3)</b> Sos pomidorowy do mięsa 100g <b>(7, 9)</b>  Kasza jęczmienna mazurska gotowana 150g; <b>(1)</b> marchew, gotowana, odsączona, bez soli 80g;	Pasta twarożek z koperkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Ciasto drożdżowe z owocami 80g <b>(1, 3, 7)</b>
Z ogr. łatwo przys. węglowod. DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1888,1 kcal   B 109,6 g   T 65,5 g   W 236,9 g SFA 31,2 g   Cukry 36,6 g   Sól 9,6 g   Błonnik 43,3 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> rzodkiewka 50g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twarde 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Salatka z kaszą gryczaną, papryką i fetą 250g <b>(7)</b>	Zupa z brukselką 400g <b>(9)</b> Kompot bez cukru 220g Klopsiki drobiowe gotowane 160g <b>(1, 3)</b> Sos pomidorowy do mięsa 100g <b>(7, 9)</b> kasza bulgur, gotowana 200g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 80g;	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; szynka delikatesowa z kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	kefir, 1,5% tłuszczu 250g; <b>(7)</b> Papryka czerwona 80g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 22.04-01.05.2026 Razem E: 2163,6 kcal   B 97,4 g   T 80,1 g   W 281,1 g SFA 29,5 g   Cukry 52,7 g   Sól 6,4 g   Błonnik 25,3 g	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 400g <b>(1, 7)</b> Pasta jajeczna 60g <b>(3, 10)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> Papryka czerwona 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z białych warzyw 350g <b>(1, 7, 9)</b> Pieczony udziec z indyka 120g Lekki sos pieczarkowy 100g <b>(1, 7, 9)</b> Kompot bez cukru 220g  kasza jęczmienna, pęczak gotowana 150g; <b>(1)</b>	Pasta mięsna 60g <b>(3, 9, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; ser, edamski tłusty 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	jabłko 170g;
Podstawowa DO1 22.04-02.05.2026 Razem E: 2152,5 kcal   B 102,8 g   T 75,7 g   W 281,5 g SFA 18,4 g   Cukry 43,9 g   Sól 7,9 g   Błonnik 34,3 g	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 400g <b>(1, 7)</b> Pasta jajeczna 60g <b>(3, 10)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa fasolowa 400g <b>(9)</b> Pieczone polędwiczki z kurczaka 100g Puree ziemniaczane 200g Surówka z kapusty młodej i marchewki 80g Kompot bez cukru 220g	Paszтет, wyrób własny 50g <b>(9)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; ser twarogowy półtłusty 50g; <b>(7)</b> szynka delikatesowa z kurczaka 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	sok pomidorowy 250g;
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2320,8 kcal   B 102,6 g   T 75,1 g   W 324,2 g SFA 28,2 g   Cukry 57,2 g   Sól 6,2 g   Błonnik 28,0 g	Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 400g <b>(1, 7)</b> Pasta jajeczna 60g <b>(3, 10)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z dyni z grzankami 350g <b>(1, 9)</b> Lekkostrawne chili con carne bez fasoli 400g Kompot bez cukru 220g ryż biały, gotowany 200g;	Pasta mięsna 60g <b>(3, 9, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> buraki gotowane, odsączone, bez soli 60g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	jabłko pieczone 170g;
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1904,2 kcal   B 88,1 g   T 76,8 g   W 239,5 g SFA 25,5 g   Cukry 40,6 g   Sól 6,5 g   Błonnik 32,7 g	Pasta jajeczna 60g <b>(3, 10)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> Papryka czerwona 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Jogurt z płatkami owsianymi i gruszką 175g <b>(1, 7)</b>	Zupa paprykowa. 400g <b>(9)</b> Kompot bez cukru 220g Pieczony udziec z indyka 120g Lekki sos pieczarkowy 100g <b>(1, 7, 9)</b>  kasza jęczmienna, pęczak gotowana 200g; <b>(1)</b>	Pasta mięsna 60g <b>(3, 9, 10)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> ogórek kiszony 60g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twardego 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g; <b>(7)</b> jabłko 50g;

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 22.04-01.05.2026 Razem E: 2233,2 kcal   B 110,5 g   T 69,6 g   W 303,1 g SFA 28,4 g   Cukry 62,5 g   Sól 7,5 g   Biotynik 26,9 g	Zupa mleczna z kaszą kuskus 400g <b>(1, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa jarzynowa z soczewicą 400g <b>(9)</b> Pieczeń rzymska z jajkiem w sosie koperkowym 200g <b>(1, 3, 7)</b> Surówka z kapusty modrej i marchwi 80g Kompot bez cukru 220g  kasza gryczana niepalona, gotowana 150g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Ciasto jogurtowe 80g;
Podstawowa DO1 22.04-02.05.2026 Razem E: 2203,0 kcal   B 105,4 g   T 79,2 g   W 277,8 g SFA 25,2 g   Cukry 54,6 g   Sól 6,1 g   Biotynik 27,6 g	Zupa mleczna z kaszą kuskus 400g <b>(1, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 70g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; chleb pszenny 30g; <b>(1)</b> margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa z zielonej fasolki szparagowej 400g <b>(9)</b> Risotto z warzywami i kurczakiem 350g <b>(7)</b> Kompot bez cukru 220g	Salatka gyros 205g <b>(1, 3, 10)</b> Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 50g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	Jogurt naturalny z musem truskawkowym i patkami owsianymi 210g <b>(1, 7)</b>
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2293,3 kcal   B 103,7 g   T 64,4 g   W 288,4 g SFA 38,4 g   Cukry 62,0 g   Sól 7,5 g   Biotynik 22,3 g	Zupa mleczna z kaszą kuskus 400g <b>(1, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; serek śmietankowy do smarowania, naturalny 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa jarzynowa 400g <b>(7, 9)</b> Pieczeń rzymska z jajkiem w sosie koperkowym 200g <b>(1, 3, 7)</b> Kompot bez cukru 220g kasza jaglana, gotowana 150g; kalafior, gotowany, odsączony, bez soli 100g;	Papryka pieczona 80g  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Ciasto jogurtowe 80g;
Z ogr. łatwo przys. - węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 1987,0 kcal   B 111,7 g   T 57,9 g   W 277,2 g SFA 26,1 g   Cukry 37,5 g   Sól 11,0 g   Biotynik 42,8 g	herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 80g; ser twarogowy chudy 50g; <b>(7)</b> szynka wieprzowa, gotowana 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Salatka makaronowa z tuńczykiem 200g <b>(1, 4)</b>	Pieczeń rzymska z jajkiem w sosie koperkowym 200g <b>(1, 3, 7)</b> Surówka z kapusty modrej i marchwi 80g Kompot bez cukru 220g Zupa jarzynowa z soczewicą 400g <b>(9)</b>  kasza gryczana niepalona, gotowana 200g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> papryka czerwona, słodka 80g; szynka wieprzowa, gotowana 40g; mozzarella, z pełnego mleka, twardy 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	sok wielowarzywny 250g; <b>(9)</b>

	Śniadanie	II Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny
Podstawowa DO1 22.04-01.05.2026 Razem E: 2284,1 kcal   B 115,5 g   T 63,7 g   W 326,4 g SFA 27,7 g   Cukry 48,6 g   Sól 6,7 g   Błonnik 31,2 g	Zupa mleczna z makaronem orzo 400g <b>(1, 7)</b> Pasta rybna z łososia z warzywami 60g <b>(4, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka, twardej 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z dyni z grzankami 350g <b>(1, 9)</b> Chili con carne z fasolą 400g Kompot bez cukru 220g ryż biały, gotowany 150g;	Salatka z kaszą bulgur 200g <b>(1, 3, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Kisiel owocowy 250g
Podstawowa DO1 22.04-02.05.2026 Razem E: 1852,1 kcal   B 107,9 g   T 47,0 g   W 263,0 g SFA 15,4 g   Cukry 43,2 g   Sól 9,6 g   Błonnik 27,3 g	Zupa mleczna z makaronem orzo 400g <b>(1, 7)</b> Pasta rybna z łososia z warzywami 60g <b>(4, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb baltonowski 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; szynka z piersi kurczaka 40g; margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;		Zupa ryżanka z warzywami 400g <b>(9)</b> Mięso wieprzowe do strogonowa 100g Sos strogonow 250g Kompot bez cukru 220g  ziemniaki, gotowane, bez skóry, mięsz, z solą 200g;	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 70g; <b>(1)</b> pomidory, czerwone 50g; ser twarogowy półtłusty 50g; <b>(7)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; chleb pszenny 30g; <b>(1)</b> margaryna miękka, 60% tłuszczu 10g;	Pasta twarożek ze szczypiorkiem 60g <b>(7)</b> pomidory, cherry 40g; chleb chrupki 25g; <b>(1)</b>
Łatwostrawna DO2 22.04-01.05.2026 Razem E: 2088,6 kcal   B 122,0 g   T 56,1 g   W 278,9 g SFA 23,6 g   Cukry 47,7 g   Sól 6,6 g   Błonnik 20,0 g	Zupa mleczna z makaronem orzo 400g <b>(1, 7)</b> Pasta rybna z łososia z warzywami 60g <b>(4, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> cukinia, ze skórą, gotowana, odsączona, bez soli 80g; szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>		Zupa krem z białych warzyw 350g <b>(1, 7, 9)</b> Kompot bez cukru 220g Schab duszony 140g Sos własny 100g <b>(1, 9)</b> Makaron łazanki gotowany 150g; <b>(1, 3)</b> fasola szparagowa zielona 80g;	Salatka ziemniaczana z marchwią, jajkiem w lekkim sosie jogurtowym 200g <b>(3, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb pszenny 100g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Kisiel owocowy 250g
Z ogr. łatwo przys. węglowodanów DO3 22.04-01.05.2026 Razem E: 2225,8 kcal   B 121,9 g   T 64,6 g   W 312,0 g SFA 27,0 g   Cukry 41,2 g   Sól 8,0 g   Błonnik 49,3 g	Pasta rybna z łososia z warzywami 60g <b>(4, 7)</b> herbata, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> ogórek 60g; mozzarella, z częściowo odtłuszczonego mleka 40g; <b>(7)</b> masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	Salatka z serkiem wiejskim, sałatą i pomidorkami z pieczywem 200g <b>(1, 7)</b>	Zupa krem z dyni z grzankami żytnimi 350g <b>(1, 9)</b> Chili con carne z fasolą 400g Kompot bez cukru 220g ryż brązowy, gotowany 200g;	Salatka z kaszą bulgur 200g <b>(1, 3, 7)</b>  herbata czarna, parzona, napar bez cukru 220g; chleb żytni razowy 100g; <b>(1)</b> szynka z piersi kurczaka 40g; masło ekstra 10g; <b>(7)</b>	jogurt naturalny, 1,5% tłuszczu 150g; <b>(7)</b> pomidory, cherry 50g;