		DIETY			
DZIEŃ/ DATA	**POSIŁEK**	**PODSTAWOWA**	**ŁATWOSTRAWNA**	**CUKRZYCA**	**CUKRZYCA ŁATWOSTRAWNA**
SOBOTA 15.08.2026	ŚNIADANIE	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (GLUT, ML)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (GLUT, ML)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) SAŁATA 20G,POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU B/ CUKRU250ML (GLUT, ML)	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML B/ CUKRU (GLUT, ML)
	OBIAD	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 150G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 150G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 150G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 150G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML
	PODWIECZOREK	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML	JABŁKO 1SZT	JOGURT NAT. 100ML/ 1SZT (ML)
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PAPRYKARZ 70G (RYB) SAŁATA 20G., POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PAPRYKARZ 70G (RYB) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 50G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT) MASŁO 15G (Ml) PAPRYKARZ 70G (RYB) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G HERBATA b/cukru 250ML	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), MASŁO 15G (Ml) PAPRYKARZ 70G (RYB) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G HERBATA b/cukru 250ML
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)	JOGURT NAT. 100ML/ 1SZT (ML)	JOGURT NAT. 100ML/ 1SZT (ML)
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA **2043,4kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **88,3g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **70,1g** w tym nasycone **30,0g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **281,3 g** w tym cukry **50,4g** BŁONNIK **29,5g** SÓD **1365,8 mg**	ENERGIA **2125,5kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **92,1g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **75,6g** w tym nasycone **31,7g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **279,5g** w tym cukry **50,0g** BŁONNIK **24,7g** SÓD **1387,8 mg**	ENERGIA **1917,8kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **83,2g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **64,9g** w tym nasycone **27,6g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **262,6g** w tym cukry **41,7G** BŁONNIK **34,8g** SÓD **1312,5mg**	ENERGIA **1924,8kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **84,7g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **65,9g** w tym nasycone **28,6g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **258,2g** w tym cukry **32,4g** BŁONNIK **29,6g** SÓD **1272,8 mg**

		DIETY			
DZIEŃ/ DATA	**POSIŁEK**	**NISKOTŁUSZCZOWA**	**PAPKOWATA**		
SOBOTA 15.08.2026	ŚNIADANIE	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MASŁO 5G (ML) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) SAŁATA 20G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (GLUT, ML)	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MASŁO 15G (ML) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) HERBATA Z CUKREM 250ML KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML,GLUT)		
	OBIAD	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL,GLUT) ZRAZIK 80G (JAJ, GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 150G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA GRYSIKOWA 300ML (SEL,GLUT) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 200G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML		
	PODWIECZOREK	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML		
	KOLACJA	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MASŁO 5G (ML) PAPRYKARZ 70G (RYB) POMIDOR 50G HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 100G (GLUT) MASŁO 15G (ML) PAPRYKARZ 70G (RYB) KASZA MANNA NA MLEKU 300ML (ML,GLUT) HERBATA Z CUKREM 250ML		
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)		
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA **1948,8kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **90,5g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **62,4g** w tym nasycone **22,3g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **265,2g** w tym cukry **47,0g** BŁONNIK **21,6g** SÓD **1498,2 mg**	ENERGIA **2365,1kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **103,2g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **83,9g** w tym nasycone **36,8g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **307,4 g** w tym cukry **64,0 g** BŁONNIK **19,8g** SÓD **1647,0**		

		DIETA			
DZIEŃ/ DATA	**POSIŁEK**	**MATKI KARMIĄCEJ**	**MAŁEGO DZIECKA ŁATWOSTRAWNA 1-3 LAT**	**DZIECKA 4-9 LAT ŁATWOSTRAWNA**	
SOBOTA 15.08.2026	ŚNIADANIE	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G (GLUT) MASŁO 15G (ML) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) SAŁATA 20G, POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (GLUT, ML) JABŁKO 1SZT/150G	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MASŁO 5G (ML) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 30G (SEL,ML) POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (GLUT, ML)	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MASŁO 10G (ML) PASTA MIĘSNO-JARZYNOWA 70G (SEL,ML) POMIDOR 50G KAWA ZBOŻOWA NA MLEKU 250ML (GLUT, ML)	
	OBIAD	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 150G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 100G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 100ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 40G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 100G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 50G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	ZUPA KRUPNIK Z ZIEMNIAKAMI 300ML (SEL,GLUT,ML) ZRAZIK 80G (JAJ,GLUT) ZIEMNIAKI PUREE 100G (ML) KALAFIOR, BROKUŁ Z PARY 200G Z OLEJEM SOS JARZYNOWY 50G. (GLUT,SEL) HERBATA OWOCOWA B/ CUKRU 250ML	
	PODWIECZOREK	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML	JOGURT OWOCOWY 1SZT/100ML	
	KOLACJA	CHLEB PSZENNO-ŻYTNI 100G (GLUT), CHLEB GRAHAM 50G. (GLUT) MASŁO 15G (ML) POMIDOR 50G, SAŁATA 20G ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G. (SOJ,ML), SER ŻÓŁTY 40g (ML) HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MASŁO 5G (ML) ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G. (SOJ,ML) POMIDOR 50G, SAŁATA 20G., HERBATA Z CUKREM 250ML	PIECZYWO PSZENNE 50G (GLUT) MASŁO 10G (ML) ROLADA Z KURCZAKA WOLAS 40G. (SOJ,ML) POMIDOR 50G., SAŁATA 20G HERBATA Z CUKREM 250ML	
	POSIŁEK NOCNY	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)	SEREK HOMOGENIZOWANY 1SZT/100G. (ML)	
	WARTOŚCI ODŻYWCZE	ENERGIA **2340,9kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **103,2 g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **79,1 g** w tym nasycone **35,0g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **324,7g** w tym cukry **62,8g** BŁONNIK **36,2 g** SÓD **2079,5mg**	ENERGIA **1275,2kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **59,9 g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **46,6g** w tym nasycone **18,2 g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **164,4 g** w tym cukry **45,1g** BŁONNIK **14,7g** SÓD **795,1mg**	ENERGIA **1579,0kcal** BIAŁKO OGÓŁEM **75,1g** TŁUSZCZE OGÓŁEM **64,4g** w tym nasycone **27,3g** WĘGLOWODANY OGÓŁEM **185,8g** w tym cukry **45,0g** BŁONNIK **16,3g** SÓD **876,1mg**	