



30.04.2026 (czwartek)

## ► Śniadanie

Płatki jęczmienne na mleku

1 porcja

- Płatki jęczmienne - 2 i 1/2 łyżki (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Ogórek

1/4 sztuki (50g)

Jaja gotowane

1 sztuka (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Indyk pieczony

1 porcja

- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Mięso z piersi indyka, bez skóry - 3/4 sztuki (80g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Płatki jęczmienne na mleku (1,7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)

Jaja gotowane (3)

## ► Obiad

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex

1/5 opakowania  
(100g)

Woda

3/4 szklanki (200ml)

Krupnik

1 porcja



- Kasza jęczmienna, perłowa - 1/5 woreczka (20g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**Fasola w sosie pomidorowym**

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Fasola biała, nasiona suche - 1/2 szklanki (80g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Mąka orkiszowa - 2/3 łyżki (10g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie.

Alergeny:

Krupnik (1,9)

Fasola w sosie pomidorowym (1,9)

**► Podwieczorek**

Jabłko

1 sztuka (170g)

Dyń, pestki, łuskane

1 i 1/2 łyżki (15g)

Alergeny: brak

**► Kolacja**

Grani, twarożek

3 łyżki (60g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Pasta z ciecierzycy

1 porcja



- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Pietruszka, liście - 3/4 łyżeczki (5g)
- Ciecierzycza bez zalewy, puszka - 1/3 puszki (80g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Sok z cytryny - 3/4 łyżki (5ml)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Jabłko - 1/8 sztuki (20g)

**Sposób przygotowania:**

Jabłko oraz cebula - duszenie.  
Całość - Miksowanie.

---

**Herbata czarna, napar bez cukru****3/4 szklanki (200ml)****Alergeny:**

Grani, twarożek (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Przekąska**

---

**Mleko UHT, 1,5% tłuszczu****1 szklanka (250ml)**

---

**Marchew****1 sztuka (50g)****Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	<b>2476 kcal</b>	<b>Białko ogółem:</b>	<b>112.52 g</b>
<b>Tłuszcz:</b>	<b>69.68 g</b>	<b>Węglowodany ogółem:</b>	<b>376.85 g</b>
<b>Glukoza:</b>	<b>11.69 g</b>	<b>Fruktoza:</b>	<b>18.48 g</b>
<b>Sacharoza:</b>	<b>19.6 g</b>	<b>Laktoza:</b>	<b>22.02 g</b>
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	<b>58.99 g</b>	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	<b>17.43 g</b>
<b>Sód:</b>	<b>1789.45 mg</b>	<b>Sól:</b>	<b>3.65 g</b>

**01.05.2026 (piątek)****► Śniadanie**

---

**Ser twarogowy, chudy****1/4 sztuki (50g)**

---

**Mix tłuszczowy do smarowania Finuu****10ml**



Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki kiszone	3/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Kasza jaglana na mleku	1 porcja

- Kasza jaglana - 1/4 woreczka (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Pomidorowa pasta z tuńczyka	1 porcja
-----------------------------	----------

- Groszek zielony, konserwowy bez zalewy - 1/5 szklanki (30g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 1/3 łyżeczki (5g)
- Pietruszka, liście - 1/3 łyżeczki (2g)
- Tuńczyk w sosie własnym - 2 i 2/3 łyżki (80g)

**Sposób przygotowania:****Alergeny:**

Kasza jaglana na mleku (7)  
Pomidorowa pasta z tuńczyka (4)  
Ser twarogowy, chudy (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Obiad**

Brokułowa	1 porcja
-----------	----------

- Brokuły - 1/7 sztuki (70g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Mieszanka warzyw - 1/4 porcji (50g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Ryba w jarzynach	1 porcja
------------------	----------



- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Marchew - 1/3 sztuki (20g)
- Miruna, filet - 1/4 sztuki (100g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (20g)
- Mąka orkiszowa - 2/3 łyżki (10g)

**Sposób przygotowania:**

Pieczenie z funkcją pary.

**Ziemniaki, gotowane w wodzie****2 i 1/3 sztuki (200g)****Surówka z kiszanej kapusty****1 porcja**

- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Kapusta kiszona, w zalewie, słoik - 1 szklanka (100g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)

**Sposób przygotowania:****Woda****3/4 szklanki (200ml)****Alergeny:**

Brokułowa (7,9)  
Ryba w jarzynach (1,4,9)  
Surówka z kiszanej kapusty (12)

**► Podwieczorek****Gruszka****1 sztuka (130g)****Orzechy włoskie****3 sztuki (15g)****Alergeny:**

Orzechy włoskie (8)

**► Kolacja****Ser mozzarella light****2 i 1/2 plastra (50g)****Mix tłuszczowy do smarowania Finuu****10ml****Chleb graham****1 i 1/4 kromki (50g)****Chleb żytni wileński****1 i 1/3 kromki (50g)****Mix sałat****1/3 garści (10g)****Pomidory z jogurtem****1 porcja**



- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)



Sposób przygotowania:

**Schab pieczony**

1 porcja

- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (80g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

**Herbata czarna, napar bez cukru**

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Pomidory z jogurtem (7)  
Ser mozzarella light (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Pomidor koktajlowy

2 i 1/2 sztuki (50g)

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2206 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	133.22 g
<b>Tłuszcz:</b>	62.92 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	295.46 g
<b>Glukoza:</b>	9.58 g	<b>Fruktoza:</b>	15.46 g
<b>Sacharoza:</b>	14.44 g	<b>Laktoza:</b>	24.92 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	43.68 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	16.83 g
<b>Sód:</b>	3429.93 mg	<b>Sól:</b>	4.16 g



02.05.2026 (sobota)

**► Śniadanie**

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku

1 porcja



- Jaja kurze, całe - 1/8 sztuki (5g)
- Mąka orkiszowa - 1 i 1/3 łyżki (20g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**Sałata**

1/8 sztuki (15g)

**Sałatka z kapustą pekińską**

1 porcja

- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Kapusta pekińska - 1 liść (50g)
- Ogórki konserwowe - 2 sztuki (20g)
- Papryka czerwona - 1/7 sztuki (30g)

**Sposób przygotowania:****Szynka z piersi kurczaka**

3 i 1/3 plastra (50g)

**Serek wiejski**

3 łyżki (60g)

**Mix tłuszczowy do smarowania Finuu**

10ml

**Chleb graham**

1 i 1/4 kromki (50g)

**Chleb żytni wileński**

1 i 1/3 kromki (50g)

**Herbata czarna, napar bez cukru**

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku (1,3,7)

Sałatka z kapustą pekińską (7)

Serek wiejski (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)

## ► Obiad

**Ziemniaki, gotowane w wodzie**

2 i 1/3 sztuki (200g)

**żurek**

1 porcja

- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Ocet spirytusowy - 3/4 łyżki (5ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Żurek na naturalnym zakwasie, karton Krakus Familijny - 1/8 porcji (10g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

**Wątróbka drobiowa z cebulką**

1 porcja



- Wątróbka kurczaka - 1 sztuka (100g)
- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)

**Sposób przygotowania:**

Krótkie obsmażanie/duszenie.

**Surówka z selera i jabłka**

1 porcja

- Jabłko - 1/6 sztuki (30g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Marchew - 1/3 sztuki (20g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Seler korzeniowy - 1/3 sztuki (100g)

**Sposób przygotowania:****Kompot wieloowocowy**

1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

**Alergeny:**

Żurek (1,7,9,12)

Wątróbka drobiowa z cebulką (1)

Surówka z selera i jabłka (7,9)

**► Podwieczorek**

Pomarańcza

1/2 sztuki (120g)

Orzechy nerkowca

1/3 garści (15g)

**Alergeny:**

Orzechy nerkowca (8)

**► Kolacja**

Grani, twarożek

3 łyżki (60g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Roszponka

1/3 garści (10g)

Pasta jajeczna

1 porcja



- Jaja kurze, całe - 1 sztuka (50g)
- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Majonez light - 1/5 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Pasta jajeczna (3,7,10)  
Grani, twarógzek (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2125 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	108.04 g
<b>Tłuszcz:</b>	71.17 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	282.06 g
<b>Glukoza:</b>	8.62 g	<b>Fruktoza:</b>	9.53 g
<b>Sacharoza:</b>	18.42 g	<b>Laktoza:</b>	23.69 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	37.8 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	20.75 g
<b>Sód:</b>	2252.75 mg	<b>Sól:</b>	4.87 g

**03.05.2026 (niedziela)****► Śniadanie**

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu

7 i 1/2 łyżki (150g)

Dżem truskawkowy, niskosłodzony

1 i 2/3 łyżeczki (25g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)



Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Indyk pieczony	1 porcja

- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Mięso z piersi indyka, bez skóry - 3/4 sztuki (80g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)

**Sposób przygotowania:**

Pieczenie z funkcją pary.

**Alergeny:**

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)  
Dżem truskawkowy, niskosłodzony (12)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Obiad**

Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)
Rosół z makaronem	1 porcja

- Makaron gniazda, nitki - 1 i 1/4 sztuki (40g)
- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Liść laurowy, suszony - 1/2 sztuki (1g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziele angielskie - 1/3 łyżeczki (1g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (50g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Kurczak w sosie śmietanowym	1 porcja
-----------------------------	----------

- Śmietana 12% tłuszczu - 2/3 łyżki (10g)
- Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 1 sztuka (100g)

**Sposób przygotowania:**

Kurczak tuszka - 200 g - mięso jadalne około 100 g.

Duszenie.

Gotowana marchewka	1 porcja
--------------------	----------

- Marchew - 2 i 1/4 sztuki (100g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Kompot wieloowocowy	1 porcja
---------------------	----------



- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

**Alergeny:**

Rosół z makaronem (1,3,9)  
Kurczak w sosie śmietanowym (7)

**► Podwieczorek**

Banan	1 sztuka (120g)
Orzechy włoskie	3 sztuki (15g)

**Alergeny:**

Orzechy włoski (8)

**► Kolacja**

Serek Kiri	2 sztuki (34g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Pomidorowa pasta z kurczaka	1 porcja

- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 1/3 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Kurczak tuszka - 70 g - mięso jadalne około 40 g.  
Gotowanie, miksowanie.

Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
---------------------------------	----------------------

**Alergeny:**

Serek Kiri (7)

Pomidorowa pasta z kurczaka (9)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)

**► Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Pomidor koktajlowy

2 i 1/2 sztuki (50g)

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2058 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	102.6 g
<b>Tłuszcz:</b>	71.18 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	267.7 g
<b>Glukoza:</b>	15.9 g	<b>Fruktoza:</b>	15.51 g
<b>Sacharoza:</b>	29.01 g	<b>Laktoza:</b>	17.53 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	32.41 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	22.53 g
<b>Sód:</b>	1729.44 mg	<b>Sól:</b>	4.27 g

**04.05.2026 (poniedziałek)****► Śniadanie**

Serek śmietankowy - Almette

2 i 1/2 łyżki (50g)

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórki kiszane

3/4 sztuki (50g)



---

**Herbata czarna, napar bez cukru****3/4 szklanki (200ml)**

---

**Owsianka na mleku****1 porcja**

- Płatki owsiane - 2 i 1/2 łyżki (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:****Gotowanie.****Alergeny:**

Owsianka na mleku (1,7)  
Serek śmietankowy - Almette (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

---

**► Obiad**

---

**Ziemniaki, gotowane w wodzie****2 i 1/3 sztuki (200g)**

---

**Woda****3/4 szklanki (200ml)**

---

**Zupa grysikowa z kaszą jaglaną****1 porcja**

- Kasza jaglana - 1/5 woreczka (20g)
- Koper ogrodowy - 1/2 łyżeczki (2g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:****Gotowanie**

---

**Schab w warzywach****1 porcja**

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Mąka orkiszowa - 1/3 łyżki (5g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Mieszanka warzyw - 1/4 porcji (50g)

**Sposób przygotowania:****Duszenie/ pieczenie z funkcją pary.**

---

**Surówka z pora****1 porcja**

- Jabłko - 1/8 sztuki (20g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Por - 3/4 sztuki (100g)

**Sposób przygotowania:**

**Alergeny:**

Zupa grysikowa z kaszą jaglaną (9)  
Schab w warzywach (1)  
Surówka z pora (7)

**► Podwieczorek**

Dynia, pestki, łuskane	1 i 1/2 łyżki (15g)
Sok pomidorowy	1 i 1/3 szklanki (330ml)

Alergeny: brak

**► Kolacja**

Jaja gotowane	1 sztuka (50g)
Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Jaja gotowane (3)  
Ser mozzarella light (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Marchew	1 sztuka (50g)



## Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2220 kcal	Białko ogółem:	112.87 g
Tłuszcz:	77.62 g	Węglowodany ogółem:	287.62 g
Glukoza:	9.33 g	Fruktoza:	11.21 g
Sacharoza:	13.81 g	Laktoza:	23.39 g
Błonnik pokarmowy:	39.55 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	27.28 g
Sód:	3485.39 mg	Sól:	6.31 g



05.05.2026 (wtorek)

## ► Śniadanie

Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Płatki gryczane na mleku	1 porcja

- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)
- Płatki gryczane - 3 i 1/4 łyżki (25g)



## Sposób przygotowania:

Gotowanie.

## Pasta z soczewicy z pomidorami

1 porcja

- Czosnek - 1/3 ząbka (2g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Pomidor - 1/6 sztuki (30g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Soczewica, gotowana - 1/2 szklanki (80g)



## Sposób przygotowania:

Gotowanie, miksowanie.

**Alergeny:**

Płatki gryczane na mleku (7)  
Serek wiejski (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Obiad**

Kasza gryczana	2/3 woreczka (70g)
Fasolka szparagowa, mrożona	1/4 opakowania (100g)
Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej	1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/8 sztuki (5g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Mąka orkiszowa - 2 łyżki (30g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Gulasz z indyka	1 porcja
-----------------	----------

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Mięso z piersi indyka, bez skóry - 1 sztuka (100g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Mieszanka królewska, na parze BONDUELLE - 1/7 opakowania (50g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie/ pieczenie z funkcją pary.

Kompot wieloowocowy	1 porcja
---------------------	----------

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

**Alergeny:**

Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej (1,3,7,9)  
Gulasz z indyka (1)

**► Podwieczorek**

Jabłko	1 sztuka (170g)
--------	-----------------



Orzechy włoskie

3 sztuki (15g)

Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

### ► Kolacja

Połudwica sopocka

4 i 1/4 plastra (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Sałata

1/8 sztuki (15g)

Sałatka z twarogiem

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Ogórek - 1/5 sztuki (40g)
- Pietruszka, liście - 1/3 łyżeczki (2g)
- Pomidor - 1/4 sztuki (40g)
- Ser twarogowy, chudy - 1/5 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Jajko - gotowanie.

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Sałatka z twarogiem (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)

### ► Przekąska

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2092 kcal	Białko ogółem:	118.09 g
Tłuszcz:	52.83 g	Węglowodany ogółem:	302.24 g
Glukoza:	9.68 g	Fruktoza:	16.02 g
Sacharoza:	15.82 g	Laktoza:	23.67 g
Błonnik pokarmowy:	44.11 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.7 g
Sód:	1980.17 mg	Sól:	4.45 g



06.05.2026 (środa)

## ► Śniadanie

Kasza jaglana na mleku

1 porcja

- Kasza jaglana - 1/4 woreczka (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Grani, twarożek

3 łyżki (60g)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Schab pieczony

1 porcja

- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (80g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Sałata

1/8 sztuki (15g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Kasza jaglana na mleku (7)  
Grani, twarożek (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Obiad**

Ziemniaki, gotowane w wodzie 2 i 1/3 sztuki (200g)

Kompot wieloowocowy 1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Pieczarkowa 1 porcja

- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Pieczarka uprawna, świeża - 3 sztuki (60g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Gołąbki z kaszą 1 porcja

- Kapusta biała - 1/8 sztuki (50g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (10ml)
- Olej rzepakowy - 1 łyżka (10ml)
- Kasza jęczmienna, pęczak - 1/2 woreczka (50g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/5 porcji (50g)
- Indyk, mięso mielone - 1/2 porcji (50g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie/pieczenie z funkcją pary.

**Alergeny:**

Pieczarkowa (7,9)  
Gołąbki z kaszą (1,7)

**► Podwieczorek**

Dynia, pestki, łuskane 1 i 1/2 łyżki (15g)

Gruszka 1 sztuka (130g)



Alergeny: brak

## ► Kolacja

Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Sałatka z brokułem	1 porcja

- Brokuły - 1/5 sztuki (100g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Ser mozzarella light - 1 plaster (20g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)



### Sposób przygotowania:

Brokuł - gotowanie.

Alergeny:

Sałatka z brokułem (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

## ► Przekąska

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Pomidor koktajlowy	2 i 1/2 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2399 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	128.58 g
<b>Tłuszcz:</b>	73.52 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	325.91 g
<b>Glukoza:</b>	10.88 g	<b>Fruktoza:</b>	16.67 g
<b>Sacharoza:</b>	12.56 g	<b>Laktoza:</b>	23.84 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	41.69 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	19.41 g
<b>Sód:</b>	1961.85 mg	<b>Sól:</b>	4.19 g

**07.05.2026 (czwartek)****► Śniadanie**

Płatki jęczmienne na mleku

1 porcja

- Płatki jęczmienne - 2 i 1/2 łyżki (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ser twarogowy, chudy	1/4 sztuki (50g)
Koper, świeży	1/2 łyżeczki (2g)
Jaja gotowane	1 sztuka (50g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)

Maślanka malinowa

1 porcja

- Maliny, mrożone - 3/4 garści (50g)
- Maślanka naturalna OSM - 1/8 opakowania (100ml)

**Sposób przygotowania:**

Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
---------------------------------	----------------------

**Alergeny:**

Płatki jęczmienne na mleku (1,7)  
Maślanka malinowa (7)  
Ser twarogowy, chudy (7)  
Jaja gotowane (3)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Obiad****Zupa szpinakowa**

1 porcja

- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Szpinak - 2 garście (50g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**Ryż brązowy**

1/4 szklanki (50g)

**Potrawka z kurczaka**

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 6 i 2/3 plastra (100g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Mleko 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (10ml)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie/gotowanie,

**Surówka z marchewki**

1 porcja

- Jabłko - 1/6 sztuki (30g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Marchew - 2 i 1/4 sztuki (100g)
- Sok z cytryny - 3/4 łyżki (5ml)

**Sposób przygotowania:****Woda**

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Zupa szpinakowa (7,9)  
Potrawka z kurczaka (1,7)  
Surówka z marchewki (7)



## ► Podwieczorek

Sok warzywno-owocowy	1 i 1/3 szklanki (330ml)
Orzechy nerkowca	1/3 garści (15g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (8)

## ► Kolacja

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Kiełbasa żywiecka	12 i 1/2 plastra (50g)

Alergeny:

Ser mozzarella light (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)

## ► Przekąska

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Marchew	1 sztuka (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2393 kcal	Białko ogółem:	130.85 g
Tłuszcz:	67.65 g	Węglowodany ogółem:	337.51 g
Glukoza:	9.09 g	Fruktoza:	10.5 g
Sacharoza:	14.05 g	Laktoza:	43.9 g
Błonnik pokarmowy:	43.03 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	22.33 g
Sód:	2759.12 mg	Sól:	4.85 g



08.05.2026 (piątek)

## ► Śniadanie

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/8 sztuki (5g)
- Mąka orkiszowa - 1 i 1/3 łyżki (20g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Serek jogurtowy - Almette

2 i 1/2 łyżki (50g)

Indyk pieczony

1 porcja

- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Mięso z piersi indyka, bez skóry - 3/4 sztuki (80g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku (1,3,7)

Serek jogurtowy - Almette (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)



## ► Obiad

### Zupa krem z fasoli

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Fasola biała, nasiona suche - 1/2 szklanki (80g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Nasiona słonecznika, łuskane - 1 łyżka (10g)
- Ziemniaki, późne - 1 sztuka (100g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)



#### Sposób przygotowania:

Gotowanie.

### Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

### Ryba pieczona

1 porcja

- Miruna, filet - 1/4 sztuki (100g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)



#### Sposób przygotowania:

Pieczenie.

### Surówka z kiszonej kapusty

1 porcja

- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Kapusta kiszona, w zalewie, słoik - 1 szklanka (100g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)



#### Sposób przygotowania:

### Kompot wieloowocowy

1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)



#### Sposób przygotowania:

Gotowanie

#### Alergeny:

Zupa krem z fasoli (1,7,9)  
Ryba pieczona (1,4)  
Surówka z kiszonej kapusty (12)

## ► Podwieczorek

### Orzechy laskowe

1/2 garści (15g)

### Banan

1 sztuka (120g)

#### Alergeny:

Orzechy laskowe (8)



## ► Kolacja

### Sałatka jarzynowa

1 porcja

- Musztarda - 1/8 łyżeczki (1g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (20g)
- Ziemniaki, późne - 1 sztuka (100g)
- Groszek konserwowy - 1 łyżka (15g)
- Ogórki kiszone - 1/4 sztuki (15g)
- Majonez light - 1/3 łyżki (10g)



### Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

#### Alergeny:

Sałatka jarzynowa (3,7,9,10)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

## ► Przekąska

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)

#### Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



### Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2471 kcal	Białko ogółem:	117.43 g
Tłuszcz:	76.69 g	Węglowodany ogółem:	352 g
Glukoza:	11.27 g	Fruktoza:	10.2 g



## Wartości odżywcze

Sacharoza:	27.17 g	Laktoza:	22.73 g
Błonnik pokarmowy:	53.21 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	23.18 g
Sód:	2644.25 mg	Sól:	4.25 g



09.05.2026 (sobota)

## ► Śniadanie

Owsianka na mleku

1 porcja

- Płatki owsiane - 2 i 1/2 łyżki (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Sałatka grecka

1 porcja

- Ogórek - 1/4 sztuki (50g)
- Olej rzepakowy - 1 łyżka (10ml)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser typu feta light, 30% tłuszczu - 1/8 sztuki (20g)
- Mix sałat - 1/3 garści (10g)



Sposób przygotowania:

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Serek Kiri

1 sztuka (17g)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:

Owsianka na mleku (1,7)

Sałatka grecka (7)

Serek Kiri (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb żytni wileński (1)

Chleb graham (1)



## ► Obiad

### Kapuśniak

1 porcja

- Kapusta biała - 1/8 sztuki (100g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Mąka orkiszowa - 1/3 łyżki (5g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)



#### Sposób przygotowania:

Gotowanie.

### Bitka schabowa

1 porcja

- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



#### Sposób przygotowania:

### Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

### Sałata

1 porcja

- Szcypiorek - 2 łyżki (10g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Sałata - 1/4 sztuki (60g)



#### Sposób przygotowania:

### Kompot wieloowocowy

1 porcja

- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g)
- Woda - 3/4 szklanki (200ml)



#### Sposób przygotowania:

Gotowanie

#### Alergeny:

Kapuśniak (1,9,12)  
Bitka schabowa (1)

## ► Podwieczorek

### Pomarańcza

1/2 sztuki (120g)

### Orzechy laskowe

1/2 garści (15g)

#### Alergeny:

Orzechy laskowe (8)

## ► Kolacja

### Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml



Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)

**Alergeny:**

Grani, twarożek (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb żytni wileński (1)  
Chleb graham (1)

**► Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Pomidor koktajlowy	2 i 1/2 sztuki (50g)

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2167 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	112.16 g
<b>Tłuszcz:</b>	76.35 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	275.55 g
<b>Glukoza:</b>	10.46 g	<b>Fruktoza:</b>	10.59 g
<b>Sacharoza:</b>	14.75 g	<b>Laktoza:</b>	22.39 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	36.58 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	21.64 g
<b>Sód:</b>	2413.07 mg	<b>Sól:</b>	5.22 g

czwartek (2026-04-30)	piątek (2026-05-01)	sobota (2026-05-02)	niedziela (2026-05-03)	poniedziałek (2026-05-04)	wtorek (2026-05-05)	środa (2026-05-06)
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>
Płatki jęczmienne na mleku Pomidor Chleb żytni wileński Ogórek Jaja gotowane Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Indyk pieczony Herbata czarna, napar bez cukru	Ser twarogowy, chudy Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórki kiszzone Herbata czarna, napar bez cukru Kasza jaglana na mleku Pomidorowa pasta z tuńczyka	Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Sałata Sałatka z kapustą pekińską Szynka z piersi kurczaka Serek wiejski Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru Indyk pieczony	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Dżem truskawkowy, niskosłodzony Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru Indyk pieczony	Serek śmietankowy - Almette Szynka z indyka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórki kiszzone Herbata czarna, napar bez cukru Owsianka na mleku	Serek wiejski Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru Płatki gryczane na mleku Pasta z soczewicy z pomidorami	Kasza jaglana na mleku Grani, twarożek Rzodkiewka Schab pieczony Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Sałata Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru
<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>
Ziemniaki, gotowane w wodzie Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex Woda Krupnik Fasola w sosie pomidorowym	Brokułowa Ryba w jarzynach Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z kiszzonej kapusty Woda	Ziemniaki, gotowane w wodzie żurek Wątróbka drobiowa z cebulką Surówka z selera i jabłka Kompot wieloowocowy	Ziemniaki, gotowane w wodzie Rosół z makaronem Kurczak w sosie śmietanowym Gotowana marchewka Kompot wieloowocowy	Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda Zupa grysikowa z kaszą jaglaną Schab w warzywach Surówka z pora	Kasza gryczana Fasolka szparagowa, mrożona Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej Gulasz z indyka Kompot wieloowocowy	Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Pieczarkowa Gołąbki z kaszą
<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>
Jabłko Dyńa, pestki, łuskane	Gruszka Orzechy włoskie	Pomarańcza Orzechy nerkowca	Banan Orzechy włoskie	Dyńa, pestki, łuskane Sok pomidorowy	Jabłko Orzechy włoskie	Dyńa, pestki, łuskane Gruszka
<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>
Grani, twarożek Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Papryka czerwona Pasta z ciecierzycy Herbata czarna, napar bez cukru	Ser mozzarella light Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Mix sałat Pomidory z jogurtem Schab pieczony Herbata czarna, napar bez cukru	Grani, twarożek Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Rozpzonka Pasta jajeczna Herbata czarna, napar bez cukru	Serek Kiri Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Papryka czerwona Pomidorowa pasta z kurczaka Herbata czarna, napar bez cukru	Jaja gotowane Ser mozzarella light Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru	Poładwica sopocka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Sałata Sałatka z twarogiem Herbata czarna, napar bez cukru	Szynka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru Sałatka z brokułem
<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy

czwartek (2026-05-07)	piątek (2026-05-08)	sobota (2026-05-09)
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>
Płatki jęczmienne na mleku Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ser twarogowy, chudy Koper, świeży Jaja gotowane Ogórek Maślanka malinowa Herbata czarna, napar bez cukru	Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Serek jogurtowy - Almette Indyk pieczony Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Owsianka na mleku Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Sałatka grecka Szynka z indyka Herbata czarna, napar bez cukru Serek Kiri Rzodkiewka
<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>
Zupa szpinakowa Ryż brązowy Potrawka z kurczaka Surówka z marchewki Woda	Zupa krem z fasoli Ziemniaki, gotowane w wodzie Ryba pieczona Surówka z kiszonej kapusty Kompot wieloowocowy	Kapuśniak Bitka schabowa Ziemniaki, gotowane w wodzie Sałata Kompot wieloowocowy
<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>
Sok warzywno-owocowy Orzechy nerkowca	Orzechy laskowe Banan	Pomarańcza Orzechy laskowe
<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Papryka czerwona Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru Ser mozzarella light Kielbasa żywiecka	Sałatka jarzynowa Szynka z piersi kurczaka Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Herbata czarna, napar bez cukru Grani, twarożek Szynka z piersi kurczaka Ogórek Pomidor
<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy