



22.08.2026 (sobota)

► Śniadanie

Owsianka na mleku

1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Chleb żytni wileński 1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham 1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Kiełbasa żywiecka 12 i 1/2 plastra (50g)

Ogórek 1/4 sztuki (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

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

Alergeny:

- Owsianka na mleku (1,7)
- Ser twarogowy chudy (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)

Kalafior, gotowany w wodzie 1/8 porcji (100g)

Zupa krem z fasoli 1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Klopsy pieczone 1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułki grahamki - 1/8 sztuki (10g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)



Sposób
przygotowania:

Pieczenie.

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)
Klopsy pieczone (1,3)

► Podwieczorek

Pomarańcza 1/3 sztuki (120g)

Orzechy laskowe 2/3 garści (20g)

Alergeny:

Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

Chleb żytni wileński 1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham 1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Serek wiejski 3 łyżki (60g)

Szynka z piersi kurczaka 3 i 1/3 plastra (50g)

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

Salatka 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:

Alergeny:

Salatka grecka (7)
Serek wiejski (7)
Miks 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

Wartość energetyczna:	2333 kcal	Białko ogółem:	122.48 g
Tłuszcz:	86.91 g	Węglowodany ogółem:	288.46 g
Glukoza:	9.05 g	Fruktoza:	9.27 g
Sacharoza:	16.73 g	Laktoza:	22.31 g
Błonnik pokarmowy:	45.97 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	24.42 g
Sód:	2470.4 mg	Sól:	5.1 g



23.08.2026 (niedziela)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Pasta jajeczna	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	7 i 1/2 łyżki (150g)
-------------------------------	----------------------

Alergeny:

Jogurt naturalny (7)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Grani, twarożek (7)
Pasta jajeczna (3,7,10)

► Obiad

Ziemniaki, gotowane w wodzie	4 i 3/4 sztuki (400g)
Kompot wieloowocowy	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Rosół z makaronem	1 porcja
-------------------	----------

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/4 sztuki (50g)
- Makaron dwujajeczny - 1/2 szklanki (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)



Sposób
przygotowania:

Kurczak tuszka - 100 g - mięso jadalne około 50 g.
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.

Alergeny:
Rosół (1,3,9)
Kurczak w sosie śmietanowym (7)

► **Podwieczorek**

Dynia, pestki, łuskane

2 łyżki (20g)

Śliwki

2 sztuki (110g)

Alergeny- brak

► **Kolacja**

Chleb żytni wileński

1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham

1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Grani, twaróg

3 łyżki (60g)

Salata

1/8 sztuki (15g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Drobiowo- jarzynowa pasta z kurczaka

1 porcja

- Marchew - 1/3 sztuki (20g)
- Por - 1/8 sztuki (10g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (20g)
- Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 1/3 sztuki (40g)



**Sposób
przygotowania:**

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

Alergeny:
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Drobiowo - jarzynowa pasta z kurczaka (9)
Grani, twaróg (7)



► 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:	1973 kcal
Tłuszcz:	67.49 g
Glukoza:	9.18 g
Sacharoza:	18.2 g
Błonnik pokarmowy:	31.78 g
Sód:	1566.25 mg

Białko ogółem:	103.4 g
Węglowodany ogółem:	254.69 g
Fruktoza:	7.27 g
Laktoza:	17.19 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.66 g
Sól:	3.81 g



24.08.2026 (poniedziałek)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński 1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham 1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Kasza jaglana na mleku 1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Wieprzowina, schab gotowany 1/4 porcji (50g)

Roszpinka 1/3 garści (10g)

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

Salatka Caprese 1 porcja

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pietruszka, liście - 1 łyżeczka (6g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser mozzarella light - 2 i 1/2 plastra (50g)



Sposób
przygotowania:

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Kasza jaglana na mleku (7)
Salatka Caprese (7)

► Obiad

Brokuły, gotowane w wodzie 1 porcja (100g)

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

Woda 3/4 szklanki (200ml)

Kwaśnica 1 porcja

- Kapusta kiszona, w zalewie, słoik - 1/2 szklanki (50g)
- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/7 sztuki (50g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Potrawka z piersi indyka 1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Duszenie/ gotowanie.



Alergeny:
Kwaśnica (1,9,12)
Potrawka z piersi indyka (1,7)

► Podwieczorek

Orzechy laskowe	2/3 garści (20g)
Banan	1 sztuka (120g)

Alergeny:
Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Salatka z soczewicy z warzywami	1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Ogórek - 1/4 sztuki (50g)
- Olej rzepakowy - 1 łyżka (10ml)
- Papryka czerwona - 1/7 sztuki (30g)
- Pietruszka, liście - 1/3 łyżeczki (2g)
- Pomidor - 1/4 sztuki (50g)
- Soczewica, gotowana - 1/2 szklanki (80g)



Sposób
przygotowania:

Soczewica- gotowanie.

Alergeny:
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (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

Wartość energetyczna:	2137 kcal
Tłuszcz:	71.92 g
Glukoza:	11.86 g
Sacharoza:	22.98 g
Błonnik pokarmowy:	42.25 g
Sód:	1801.42 mg

Białko ogółem:	105.61 g
Węglowodany ogółem:	286.02 g
Fruktoza:	11.25 g
Laktoza:	22.49 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	15.82 g
Sól:	2.4 g



25.08.2026 (wtorek)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Koper, świeży	1/2 łyżeczki (2g)
Kielbasa żywiecka	12 i 1/2 plastra (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Owsianka na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:

Jogurt naturalny (7)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Serek wiejski (7)
Owsianka na mleku (1,7)

► 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.

Zupa z soczewicy	1 porcja
------------------	----------

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/7 sztuki (50g)
- Soczewica, nasiona suche - 1/3 szklanki (80g)
- Ziemniaki - 1 sztuka (100g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Gołąbki z farszem szpinakowym	1 porcja
-------------------------------	----------



- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Kapusta biała - 1/8 sztuki (50g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Olej rzepakowy - 1 łyżka (10ml)
- Szpinak - 2 garście (50g)
- Kasza jęczmienna, pęczak - 1/2 woreczka (50g)
- Mleko 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:

Zupa z soczewicy (9)

Gołąbki z farszem szpinakowym (1,7)

► Podwieczorek

Orzechy laskowe

2/3 garści (20g)

Gruszka

1 sztuka (130g)

Alergeny

Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

Chleb żytni wileński

1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham

1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Szynka z piersi kurczaka

3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Salatka 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 i 1/3 plastra (40g)



Sposób
przygotowania:

Jajko- gotowanie.

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Salatka z twarogiem (3,7)



► Przekąska

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Ogórek

1/4 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2383 kcal	Białko ogółem:	117.06 g
Tłuszcz:	76.41 g	Węglowodany ogółem:	326.92 g
Glukoza:	11.15 g	Fruktoza:	17.16 g
Sacharoza:	13.75 g	Laktoza:	23.71 g
Błonnik pokarmowy:	45.77 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	20.35 g
Sód:	2169.05 mg	Sól:	4.85 g



26.08.2026 (środa)

► Śniadanie

Wieprzowina, schab gotowany	1/4 porcji (50g)
Ser twarogowy, chudy	1 i 2/3 plastra (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Płatki jęczmienne na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:

Płatki jęczmienne na mleku (1,7)
Ser twarogowy, chudy (7)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)

► Obiad

Zupa jarzynowa	1 porcja
• Marchew - 2/3 sztuki (30g) • Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml) • Por - 1/7 sztuki (20g) • Seler korzeniowy - 1/7 sztuki (50g) • Mieszanka warzyw - (70g)	
Pierś zapiekana z Mozzarellą i pomidorem	1 porcja
• Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/2 sztuki (100g) • Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml) • Pomidor - 1/4 sztuki (50g) • Ser mozzarella light - 1 plaster (20g)	
Fasolka szparagowa, mrożona	1/4 opakowania (100g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)
Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.



Sposób
przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary



Alergeny:
Zupa jarzynowa (7,9)
Pierś zapiekana z Mozzarellą i pomidorem (7)

► Podwieczorek

Sok wielowarzywny	1 i 1/3 szklanki (330ml)
Dynia, pestki, łuskane	2 łyżki (20g)

Alergeny- brak

► Kolacja

Jaja gotowane	1 sztuka (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Pasta z ciecierzycy	1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Jabłko oraz cebula - duszenie.
Całość - Miksowanie.

Alergeny:
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Jaja gotowane (3)

► 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

Wartość energetyczna:	1906 kcal	Białko ogółem:	108.77 g
Tłuszcz:	64.3 g	Węglowodany ogółem:	240.78 g
Glukoza:	10.33 g	Fruktoza:	12.28 g
Sacharoza:	16.58 g	Laktoza:	24.28 g
Błonnik pokarmowy:	38.03 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.2 g
Sód:	2723.55 mg	Sól:	5.61 g



27.08.2026 (czwartek)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
Owsianka na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:

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

► Obiad

Woda	3/4 szklanki (200ml)
Gospodarcza	1 porcja
• Jaja kurze, całe - 1/8 sztuki (5g) • Marchew - 2/3 sztuki (30g) • Seler korzeniowy - 1/7 sztuki (50g) • Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g) • Mąka orkiszowa - 2 łyżki (30g) • Porcja rosółowa (drób) - (40g)	



Sposób
przygotowania:

Gotowanie

Spaghetti pełnoziarniste	1 porcja
• Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g) • Makaron pełnoziarnisty, spaghetti - 1/2 garści (80g) • Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml) • Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g) • Ser mozzarella light - 1/2 plastra (10g) • Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)	



Sposób
przygotowania:

Smażenie. Gotowanie.

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:
Gospodarcza (1,3,9)
Spaghetti pełnoziarniste (1,7)
Surówka z pora (7)

► Podwieczorek

Orzechy nerkowca	2/3 garści (20g)
Śliwki	2 sztuki (110g)

Alergeny:
orzechy nerkowca (8)

► Kolacja

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Polędwica sopocka	4 i 1/4 plastra (50g)
Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Salata	1/8 sztuki (15g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Serek wiejski (7)

► 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:	2233 kcal	Białko ogółem:	125.45 g
-----------------------	-----------	----------------	----------



Wartości odżywcze

Tłuszcz:	69.92 g	Węglowodany ogółem:	291.5 g
Glukoza:	8.39 g	Fruktoza:	7.52 g
Sacharoza:	15.24 g	Laktoza:	22.34 g
Błonnik pokarmowy:	29.2 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.44 g
Sód:	2318.05 mg	Sól:	4.86 g



28.08.2026 (piątek)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Miód pszczeli	1 łyżka (25g)
Salata	1/8 sztuki (15g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)
Płatki gryczane na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:

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

► Obiad

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

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

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 kapusty pekińskiej	1 porcja
------------------------------	----------

- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Jabłko - 1/6 sztuki (30g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Kapusta pekińska - 2 liście (100g)
- Marchew - 1/3 sztuki (20g)



Sposób
przygotowania:

Krem z białych warzyw	1 porcja
-----------------------	----------



- Dynia, pestki, łuskane - 1 łyżka (10g)
- Kalafior - 1/4 porcji (50g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Pietruszka, korzeń - 1/4 sztuki (20g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Alergeny:

Krem z białych warzyw (1,7,9)

Ryba pieczona (1,4)

Surówka z kapusty pekińskiej (7)

► Podwieczorek

Orzechy włoskie

2/3 garści (20g)

Pomarańcza

1/3 sztuki (120g)

Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

► Kolacja

Chleb żytni wileński

1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham

1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Salatka wiosenna

2 porcje

- Olej rzepakowy - 1 łyżka (10ml)
- Papryka czerwona - 1/4 sztuki (60g)
- Pomidor - 1/3 sztuki (60g)
- Rzodkiewka - 2 i 2/3 sztuki (40g)



Sposób
przygotowania:

Ser mozzarella light

2 i 1/2 plastra (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Pasta rybna

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Miruna, filet - 1/4 sztuki (100g)
- Majonez light - 1/5 łyżki (5g)



Sposób
przygotowania:

Ryba- gotowanie



Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Pasta rybna (4,7)

Ser mozzarella light (7)

► **Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Ogórek

1/4 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



**Wartości
odżywcze**

Wartość energetyczna:	2148 kcal	Białko ogółem:	106.37 g
Tłuszcz:	69.78 g	Węglowodany ogółem:	292.98 g
Glukoza:	10.59 g	Fruktoza:	11.76 g
Sacharoza:	15.52 g	Laktoza:	23.37 g
Błonnik pokarmowy:	39.68 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	15.76 g
Sód:	1921.85 mg	Sól:	3.54 g



29.08.2026 (sobota)

► Śniadanie

Ser twarogowy, chudy 1 i 2/3 plastra (50g)

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.

Szynka z piersi kurczaka 3 i 1/3 plastra (50g)

Chleb żytni wileński 1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham 1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

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)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Ser twarogowy, chudy (7)

► Obiad

Zupa kalafiorowa 1 porcja

- Kalafior - 1/3 porcji (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)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Pulpety w sosie pomidorowym 1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułki grahamki - 1/8 sztuki (10g)
- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Mąka orkiszowa - 1/3 łyżki (5g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Kasza jęczmienna, perłowa 2/3 woreczka (70g)

Woda 3/4 szklanki (200ml)

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:

Alergeny:

Zupa kalafiorowa (7,9)

Pulpety w sosie pomidorowym (1,3)

Surówka z selera i jabłka (7,9)

Kasza jęczmienna (1)

► Podwieczorek

Orzechy włoskie

2/3 garści (20g)

Jabłko

1 sztuka (170g)

Alergeny:

orzechy włoskie (8)

► Kolacja

Chleb graham

1 i 1/3 kromki (40g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/4 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu

2 łyżeczki (10g)

Wieprzowina, schab gotowany

1/3 porcji (80g)

Serek wiejski

3 łyżki (60g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórek

1/4 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Serek wiejski (7)

► 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:	2243 kcal	Białko ogółem:	130.42 g
Tłuszcz:	70.8 g	Węglowodany ogółem:	291.6 g
Glukoza:	11.71 g	Fruktoza:	18.5 g
Sacharoza:	15.48 g	Laktoza:	24.6 g
Błonnik pokarmowy:	40.97 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	20.47 g
Sód:	2004.6 mg	Sól:	4.15 g



30.08.2026 (niedziela)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Polędwica z piersi kurczaka	7 plastrów (70g)
Serek śmietankowy, naturalny	2 łyżki (50g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	7 i 1/2 łyżki (150g)

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Jogurt naturalny (7)
Serek śmietankowy, naturalny (7)

► 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.

Rosół z makaronem	1 porcja
-------------------	----------

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/4 sztuki (50g)
- Makaron dwujajeczny - 1/2 szklanki (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)



Sposób przygotowania:

Kurczak tuszka - 100 g - mięso jadalne około 50 g.
Gotowanie.

Kurczak pieczony	1 porcja
------------------	----------

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Mięso z ud kurczaka, bez skóry - 1 sztuka (100g)



Sposób przygotowania:

Kurczak tuszka - 200 g - mięso jadalne około 100 g.
Pieczenie z funkcją pary.

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



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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:
Rosół (1,3,9)

► Podwieczorek

Pomarańcza	1/3 sztuki (120g)
Orzechy laskowe	2/3 garści (20g)

Alergeny:
Orzechy laskowe (7)

► Kolacja

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Roszonka	1/3 garści (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
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.

Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
----------------------	-----------------------

Alergeny:
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Pomidorowa pasta z kurczaka (9)
Ser mozzarella light (7)

► 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:	1928 kcal	Białko ogółem:	107.58 g
Tłuszcz:	75.2 g	Węglowodany ogółem:	222.66 g
Glukoza:	9.33 g	Fruktoza:	9.56 g
Sacharoza:	16.42 g	Laktoza:	17.85 g
Błonnik pokarmowy:	31.99 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	22.52 g
Sód:	2311.8 mg	Sól:	4.34 g



31.08.2026 (poniedziałek)

► Śniadanie

Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Wieprzowina, schab gotowany	1/3 porcji (70g)
Roszpinka	1/3 garści (10g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
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.

Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
-----------------	---------------

Alergeny:

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

► Obiad

Ziemniaczana	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)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

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

Kasza gryczana	2/3 woreczka (70g)
----------------	--------------------

Zraz z ogórkiem kiszonym	1 porcja
--------------------------	----------

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Musztarda - 1 łyżeczka (10g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Ogórki kiszone - 3/4 sztuki (50g)



Sposób
przygotowania:

Duszenie, gotowanie.

Mizeria	1 porcja
---------	----------

- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Ogórek - 2/3 sztuki (100g)



Sposób
przygotowania:



Alergeny:
Ziemniaczana (7,9)
Zraz z ogórkiem kiszonym (10,12)
Mizeria (7)

► Podwieczorek

Orzechy nerkowca 2/3 garści (20g)

Jabłko 1 sztuka (170g)

Alergeny:
Orzechy nerkowca (8)

► Kolacja

Chleb żytni wileński 1 i 1/4 kromki (40g)

Chleb graham 1 i 1/3 kromki (40g)

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu 2 łyżeczki (10g)

Smalec z białej fasoli 1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Fasola biała, w puszcze - 4 łyżki (80g)
- Jabłko - 1/8 sztuki (20g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Majeranek, suszony - 1/3 łyżeczki (1g)
- Pieprz czarny - 1 szczypta (1g)



Sposób
przygotowania:

Cebula- duszenie.

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

Szynka z piersi kurczaka 3 i 1/3 plastra (50g)

Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)

Salata 1/8 sztuki (15g)

Alergeny:
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (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

Wartość energetyczna:	2186 kcal
Tłuszcz:	67.91 g
Glukoza:	9.06 g
Sacharoza:	15.23 g
Błonnik pokarmowy:	37.3 g
Sód:	2534.22 mg

Białko ogółem:	122.96 g
Węglowodany ogółem:	289.71 g
Fruktoza:	15.74 g
Laktoza:	22.75 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.56 g
Sól:	4.02 g

sobota (2026-08-22)	niedziela (2026-08-23)	poniedziałek (2026-08-24)	wtorek (2026-08-25)	środa (2026-08-26)	czwartek (2026-08-27)	piątek (2026-08-28)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Owsianka na mleku Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Kielbasa żywiecka Ogórek Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Grani, twarożek Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru Pasta jajeczna Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Kasza jaglana na mleku Wieprzowina, schab gotowany Roszponka Herbata czarna, napar bez cukru Sałatka Caprese	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Serek wiejski Koper, świeży Kielbasa żywiecka Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru Owsianka na mleku	Wieprzowina, schab gotowany Ser twarogowy, chudy Papryka czerwona Pomidor Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Płatki jęczmienne na mleku	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru Szynka z piersi kurczaka Grani, twarożek Owsianka na mleku	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z piersi kurczaka Miód pszczeli Sałata Herbata czarna, napar bez cukru Pomidor Rzodkiewka Płatki gryczane na mleku
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Ziemniaki, gotowane w wodzie Kalafior, gotowany w wodzie Zupa krem z fasoli Klopsy pieczone Kompot wieloowocowy	Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Rosół z makaronem Kurczak w sosie śmietanowym Gotowana marchewka	Brokuły, gotowane w wodzie Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda Kwaśnica Potrawka z piersi indyka	Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Zupa z soczewicy Gołąbki z farszem szpinakowym	Zupa jarzynowa Pierś zapiekana z Mozzarellą i pomidorem Fasolka szparagowa, mrożona Woda Ziemniaki, gotowane w wodzie	Woda Gospodarcza Spaghetti pełnoziarniste Surówka z pora	Kompot wieloowocowy Ryba pieczona Surówka z kapusty pekińskiej Krem z białych warzyw Ziemniaki, gotowane w wodzie
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Pomarańcza Orzechy laskowe	Dynia, pestki, łuskane Śliwki	Orzechy laskowe Banan	Orzechy laskowe Gruszka	Sok wielowarzywny Dynia, pestki, łuskane	Orzechy nerkowca Śliwki	Orzechy włoskie Pomarańcza
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Rzodkiewka Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Serek wiejski Szynka z piersi kurczaka Herbata czarna, napar bez cukru Sałatka grecka	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Grani, twarożek Sałata Herbata czarna, napar bez cukru Drobiowo- jarzynowa pasta z kurczaka	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru Sałatka z soczewicy z warzywami	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Szynka z piersi kurczaka Pomidor Rzodkiewka Sałatka z twarogiem Herbata czarna, napar bez cukru	Jaja gotowane Pomidor Ogórek Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Pasta z ciecierzycy	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Polędwica sopocka Serek wiejski Ogórek Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Sałatka wiosenna Ser mozzarella light Herbata czarna, napar bez cukru Pasta rybna
Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska
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 Ogórek	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Ogórek

sobota (2026-08-29)	niedziela (2026-08-30)	poniedziałek (2026-08-31)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Ser twarogowy, chudy Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Szynka z piersi kurczaka Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Polędwica z piersi kurczaka Serek śmietankowy, naturalny Ogórek Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Wieprzowina, schab gotowany Roszponka Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru Płatki gryczane na mleku Grani, twarożek
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa kalafiorowa Pulpety w sosie pomidorowym Kasza jęczmienna, perłowa Woda Surówka z selera i jabłka	Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Rosół z makaronem Kurczak pieczony Gotowana marchewka	Ziemniaczana Woda Kasza gryczana Zraz z ogórkiem kiszonym Mizeria
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Orzechy włoskie Jabłko	Pomarańcza Orzechy laskowe	Orzechy nerkowca Jabłko
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Chleb graham Chleb żytni wileński Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Wieprzowina, schab gotowany Serek wiejski Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Roszponka Herbata czarna, napar bez cukru Pomidorowa pasta z kurczaka Ser mozzarella light	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Smalec z białej fasoli Herbata czarna, napar bez cukru Szynka z piersi kurczaka Papryka czerwona Sałata
Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy