



10.04.2026 (piątek)

► Śniadanie

Kasza jaglana na mleku

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Koper, świeży	1 łyżeczka (4g)
Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Szynka z indyka	3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

- Kasza jaglana (7)
- Serek wiejski (7)
- Mix tłuszczowy Finuu (7)
- Chleb żytni (1)
- Chleb graham (1)

► Obiad

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

Woda 3/4 szklanki (200ml)

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 rosołowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**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 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:****Alergeny:**

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

► Podwieczorek

Pomarańcza

1/2 sztuki (120g)

Orzechy włoskie

3 sztuki (15g)

Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

► Kolacja

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham

50ml

Polędwica sopocka

4 i 1/4 plastra (50g)

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:**

Sałata

1/8 sztuki (15g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)



Alergeny:
Sałatka z kapustą pekińską (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu 1 szklanka (250ml)
Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:
Mleko 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	1962 kcal	Białko ogółem:	99.51 g
Tłuszcz:	60.57 g	Węglowodany ogółem:	272.22 g
Glukoza:	7.78 g	Fruktoza:	7.76 g
Sacharoza:	16.84 g	Laktoza:	23.9 g
Błonnik pokarmowy:	37.03 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.27 g
Sód:	2861.04 mg	Sól:	4.65 g



11.04.2026 (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.

Szynka z piersi kurczaka 3 i 1/3 plastra (50g)
Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml
Chleb graham 50ml
Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)

**Rzodkiewka**

3 i 1/3 sztuki (50g)

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:

Owsianka na mleku (1,7)
Sałatka z twarogiem (3,7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Obiad**Woda**

3/4 szklanki (200ml)

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.

Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 6 i 2/3 plastra (100g)
- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Makaron pełnoziarnisty, świderki - 3/4 szklanki (80g)
- Pieczarka uprawna, świeża - 2 i 1/2 sztuki (50g)
- Pietruszka, liście - 1/3 łyżeczki (2g)
- Mleko 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (20ml)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie.

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:**

Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej (1,3,7,9)
Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka (1,7)
Surówka z pora (7)

► Podwieczorek

Gruszka	1 sztuka (130g)
Orzechy nerkowca	1/3 garści (15g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (8)

► Kolacja

Kiełbasa żywiecka	12 i 1/2 plastra (50g)
Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Mix sałat	1/3 garści (10g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Pomidory z jogurtem	1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**



Alergeny:

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

▶ Przekąska

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

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2243 kcal	Białko ogółem:	132.3 g
Tłuszcz:	69.22 g	Węglowodany ogółem:	289.47 g
Glukoza:	9.97 g	Fruktoza:	16.33 g
Sacharoza:	12.14 g	Laktoza:	26.78 g
Błonnik pokarmowy:	42.09 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.54 g
Sód:	2454.11 mg	Sól:	4.87 g



12.04.2026 (niedziela)

▶ Śniadanie

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu 7 i 1/2 łyżki (150g)
Jaja gotowane 1 sztuka (50g)
Szynka z piersi kurczaka 3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml
Chleb graham 50ml
Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor 1/2 sztuki (80g)



Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Mix tłuszczowy Finuu (7)

Chleb żytni (1)

Chleb graham (1)

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)

Jaja gotowane (3)

► Obiad

Rosół z makaronem

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 3 i 1/3 plastra (50g)
- Makaron nitki cięte Makarony Polskie - 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 łyżka (10ml)
- 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.

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

Alergeny:

Rosół z makaronem (1,3,9)



► Podwieczorek

Orzechy laskowe	1/2 garści (15g)
Jabłko	1 sztuka (170g)

Alergeny:

Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

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.

Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Drobiowo - jarzynowa pasta z kurczaka (9)
Grani, twarożek (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)



Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	1998 kcal	Białko ogółem:	103.87 g
Tłuszcz:	72.92 g	Węglowodany ogółem:	248.85 g
Glukoza:	10.65 g	Fruktoza:	16.41 g
Sacharoza:	15.7 g	Laktoza:	17.33 g
Błonnik pokarmowy:	35.09 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.64 g
Sód:	1843.1 mg	Sól:	4.51 g



13.04.2026 (poniedziałek)

► 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.

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

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

Chleb graham 50ml

Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Ogórki kiszane 3/4 sztuki (50g)

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)

**Alergeny:**

Płatki jęczmienne na mleku (1,7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Obiad

Kasza gryczana	2/3 woreczka (70g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)
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

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 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:****Alergeny:**

Żurek (1,7,9,12)
Schab w warzywach (1)
Surówka z kapusty pekińskiej (7)

► Podwieczorek

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



Jabłko

1 sztuka (170g)

Alergeny: brak

► 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.

Ser twarogowy, chudy

1/4 sztuki (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham

50ml

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Sałatka jarzynowa (3,7,9,10)

Ser twarogowy chudy (7)

Mix tłuszczowy Finuu (7)

Chleb żytni (1)

Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Marchew

1 sztuka (50g)

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2306 kcal	Białko ogółem:	115.71 g
Tłuszcz:	61.66 g	Węglowodany ogółem:	342.62 g
Glukoza:	9.83 g	Fruktoza:	17.36 g
Sacharoza:	15.98 g	Laktoza:	25.13 g
Błonnik pokarmowy:	48.56 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.86 g
Sód:	3019.87 mg	Sól:	4.5 g

**14.04.2026 (wtorek)****Śniadanie****Makaron na mleku****1 porcja**

- Makaron pełnoziarnisty - 1/4 szklanki (25g)
- Mleko 2% tłuszczu - 3/4 szklanki (200ml)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Szynka z piersi kurczaka 3 i 1/3 plastra (50g)**Mix tłuszczowy do smarowania Finuu** 10ml**Chleb graham** 50ml**Chleb żytni wileński** 1 i 1/3 kromki (50g)**Pomidor** 1/2 sztuki (80g)**Ogórek** 1/4 sztuki (50g)**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:**

Makaron na mleku (1,3,7)

Pasta jajeczna (3,7,10)

Mix tłuszczowy Finuu (7)

Chleb żytni (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

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.

Gulasz z indyka

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Mieszanka warzywna - królewska, mrożona - 1/7 opakowania (50g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)



Sposób przygotowania:

.Smażenie, 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:

Alergeny:

Brokułowa (7,9)

Gulasz z indyka (1)

Surówka z selera i jabłka (7,9)

► Podwieczorek

Orzechy włoskie

3 sztuki (15g)

Sok warzywno-owocowy

1 i 1/3 szklanki (330ml)



Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

► Kolacja

Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
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:

Pomidorowa pasta z tuńczyka (4)

Serek wiejski (7)

Mix tłuszczowy Finuu (7)

Chleb żytni (1)

Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2266 kcal	Białko ogółem:	126.89 g
Tłuszcz:	63.9 g	Węglowodany ogółem:	314.52 g
Glukoza:	8.31 g	Fruktoza:	9.19 g
Sacharoza:	13.09 g	Laktoza:	23.58 g
Błonnik pokarmowy:	42.56 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	20.45 g
Sód:	2620.33 mg	Sól:	5.34 g

**15.04.2026 (środa)****► Śniadanie**

Kasza jaglana na mleku

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Dżem truskawkowy, niskosłodzony	1 i 2/3 łyżeczki (25g)
Szynka z indyka	3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	50ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Mix sałat	1/3 garści (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Kasza jaglana na mleku (7)
Dżem (12)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Obiad

Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)

**Gospodarcza**

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/8 sztuki (5g)
- 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 - 2 łyżki (30g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Gołąbki bez zawijania z kaszą

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/4 sztuki (15g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Kapusta biała - 1/8 sztuki (20g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/5 porcji (50g)
- Indyk, tuszka - 1/8 sztuki (50g)
- Kasza jęczmienna, pęczak - 1/5 woreczka (20g)
- Kasza jaglana - 1/8 woreczka (10g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Pieczenie z funkcją pary.

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:****Alergeny:**

Gospodarcza (1,3,9)
Gołąbki bez zawijania z kaszą (1,3)
Surówka z marchewki (7)

► Podwieczorek**Orzechy nerkowca**

1/3 garści (15g)

Banan

1 sztuka (120g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (8)

► Kolacja**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.

Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Sałata	1/8 sztuki (15g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

- Ser mozzarella light (7)
- Mix tłuszczowy Finuu (7)
- Chleb żytni (1)
- Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Marchew	1 sztuka (50g)

Alergeny:

- Mleko 2% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2354 kcal	Białko ogółem:	121.7 g
Tłuszcz:	62.69 g	Węglowodany ogółem:	345.63 g
Glukoza:	16.22 g	Fruktoza:	16.41 g
Sacharoza:	29.93 g	Laktoza:	22.87 g
Błonnik pokarmowy:	39.94 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.68 g
Sód:	2015.43 mg	Sól:	3.79 g



16.04.2026 (czwartek)

► Śniadanie

Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 3/4 kromki (60g)
Bułki grahamki	3/4 sztuki (80g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
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.

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:

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

Sałatka z brokułem (7)

Mix tłuszczowy Finuu (7)

Chleb żytni (1)

Bułka grahamka (1)

► Obiad

Kasza jęczmienna, pęczak	2/3 woreczka (70g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)
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.

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,

Mizeria

1 porcja

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

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

Kasza jęczmienna, pęczak (1)
Zupa krem z fasoli (1,7,9)
Potrawka z kurczaka (1,7)
Mizeria (7)

► Podwieczorek

Orzechy laskowe

1/2 garści (15g)

Pomarańcza

1/2 sztuki (120g)

Alergeny:

Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

Połędwica sopocka

4 i 1/4 plastra (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham

50ml



Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki kiszane	3/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Serek wiejski ze szczypiorkiem	1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Serek wiejski, 2% tłuszczu - 3 łyżki (60g)

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

Serek wiejski ze szczypiorkiem (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Marchew	1 sztuka (50g)

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2369 kcal	Białko ogółem:	132.08 g
Tłuszcz:	55.95 g	Węglowodany ogółem:	361.06 g
Glukoza:	10.4 g	Fruktoza:	10.85 g
Sacharoza:	20.03 g	Laktoza:	27.68 g
Błonnik pokarmowy:	54.82 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.2 g
Sód:	3178.3 mg	Sól:	5.17 g

**17.04.2026 (piątek)****► 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.

Ser twarogowy, chudy	1/4 sztuki (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Pasta z ciecierzycy	1 porcja

- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Pietruszka, liście - 3/4 łyżeczki (5g)
- Ciecierzycy 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.**Alergeny:**

Płatki jęczmienne na mleku (1,7)
Ser twarogowy, chudy (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Obiad

Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)
Krupnik	1 porcja
<ul style="list-style-type: none">• 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)	
Ryba w jarzynach	1 porcja

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.



- 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.

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:****Kompot wieloowocowy**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Alergeny:

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

► Podwieczorek

Gruszka 1 sztuka (130g)

Orzechy nerkowca 1/3 garści (15g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (8)

► Kolacja

Jaja gotowane 1 sztuka (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

Szynka z indyka 3 i 1/3 plastra (50g)

Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham 50ml

Salata 1/8 sztuki (15g)



Ogórek 1/4 sztuki (50g)

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

Alergeny:
Jaja (3)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu 1 szklanka (250ml)

Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:
Mleko 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2187 kcal	Białko ogółem:	105.63 g
Tłuszcz:	60.71 g	Węglowodany ogółem:	325.03 g
Glukoza:	8.75 g	Fruktoza:	14.75 g
Sacharoza:	16 g	Laktoza:	24.1 g
Błonnik pokarmowy:	45.52 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.71 g
Sód:	2727.8 mg	Sól:	4.35 g



18.04.2026 (sobota)

► Śniadanie

Grani, twarożek 3 łyżki (60g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham 50ml

Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)

Roszponka 1/3 garści (10g)



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.

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:

Owsianka na mleku (1,7)
Pasta rybna (4,7)
Grani, twarógzek (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Obiad

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

Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex 1/5 opakowania (100g)

Woda 3/4 szklanki (200ml)

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

Pulpet mielony 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.



Alergeny:

Pieczarkowa (7,9)

Pulpet mielony (1,3)

► **Podwieczorek**

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

Jabłko 1 sztuka (170g)

Alergeny: brak

► **Kolacja**

Serek wiejski 3 łyżki (60g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham 50ml

Sałata 1/8 sztuki (15g)

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

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.

Sałatka ze słonecznikiem 1 porcja

- Ogórek - 1/4 sztuki (50g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Nasiona słonecznika, łuskane - 1 łyżka (10g)

**Sposób przygotowania:**

Alergeny:

Serek wiejski (7)

Mix tłuszczowy Finuu (7)

Chleb żytni (1)

Chleb graham (1)



► Przekąska

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

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2294 kcal	Białko ogółem:	133.76 g
Tłuszcz:	75.98 g	Węglowodany ogółem:	286.63 g
Glukoza:	9.03 g	Fruktoza:	15.03 g
Sacharoza:	14.56 g	Laktoza:	23.58 g
Błonnik pokarmowy:	36.83 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.72 g
Sód:	1530.8 mg	Sól:	2.84 g



19.04.2026 (niedziela)

► Śniadanie

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	7 i 1/2 łyżki (150g)
Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	50ml
Mix sałat	1/3 garści (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Sałatka z ciecierzycą i warzywami	1 porcja

- Ogórek - 1/4 sztuki (50g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Pietruszka, liście - 1/3 łyżeczki (2g)
- Pomidor - 1/2 sztuki (80g)
- Ser typu feta light, 30% tłuszczu - 1/8 sztuki (15g)
- Ciecierzycza bez zalewy, puszka - 1/3 puszki (80g)



Sposób przygotowania:

**Alergeny:**

Sałatka z ciecierzycą i warzywami (7)
Ser mozzarella light (7)
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Obiad

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

Woda 3/4 szklanki (200ml)

Rosół z makaronem 1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 3 i 1/3 plastra (50g)
- Makaron nitki cięte Makarony Polskie - 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 z makaronem (1,3,9)
Kurczak w sosie śmietanowym (7)

► Podwieczorek

Orzechy włoskie 3 sztuki (15g)

Pomarańcza 1/2 sztuki (120g)



Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

► Kolacja

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

Alergeny:

Pomidorowa pasta z kurczaka (9)
Ser twarogowy, chudy (7)
Mix tłuszczowy Finuu (7)
Chleb żytni (1)
Chleb graham (1)

► Przekąska

Mleko 2% tłuszczu	1 szklanka (250ml)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	1999 kcal	Białko ogółem:	109.64 g
Tłuszcz:	67.04 g	Węglowodany ogółem:	258.18 g
Glukoza:	10.42 g	Fruktoza:	10.8 g
Sacharoza:	16.07 g	Laktoza:	19.42 g
Błonnik pokarmowy:	39.78 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.51 g
Sód:	2060.78 mg	Sól:	3.21 g

piątek (2026-04-10)	sobota (2026-04-11)	niedziela (2026-04-12)	poniedziałek (2026-04-13)	wtorek (2026-04-14)	środa (2026-04-15)	czwartek (2026-04-16)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Kasza jaglana na mleku Koper, świeży Serek wiejski Szyńka z indyka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru	Owsianka na mleku Szyńka z piersi kurczaka Papryka czerwona Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Rzodkiewka Sałatka z twarogiem Herbata czarna, napar bez cukru	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Jaja gotowane Szyńka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki jęczmienne na mleku Szyńka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórki kiszzone Smalec z białej fasoli Herbata czarna, napar bez cukru	Makaron na mleku Szyńka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Pasta jajeczna Herbata czarna, napar bez cukru	Kasza jaglana na mleku Dżem truskawkowy, niskosłodzony Szyńka z indyka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Papryka czerwona Mix sałat Herbata czarna, napar bez cukru	Szyńka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Bułki grahamki Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Sałatka z brokułem
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda Zupa szpinakowa Ryba pieczona Surówka z kiszzonej kapusty	Woda Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka Surówka z pora	Rosół z makaronem Kurczak pieczony Gotowana marchewka Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy	Kasza gryczana Woda żurek Schab w warzywach Surówka z kapusty pekińskiej	Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Brokułowa Gulasz z indyka Surówka z selera i jabłka	Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda Gospodarcza Gołąbki bez zawijania z kaszą Surówka z marchewki	Kasza jęczmienna, pęczak Woda Zupa krem z fasoli Potrawka z kurczaka Mizeria
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Pomarańcza Orzechy włoskie	Gruszka Orzechy nerkowca	Orzechy laskowe Jabłko	Dynia, pestki, łuskane Jabłko	Orzechy włoskie Sok warzywno-owocowy	Orzechy nerkowca Banan	Orzechy laskowe Pomarańcza
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Połudwica sopočka Sałatka z kapustą pekińską Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Kiełbasa żywiecka Ser mozzarella light Chleb żytni wileński Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Mix sałat Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru Pomidory z jogurtem	Drobiowo - jarzynowa pasta z kurczaka Grani, twarożek Chleb żytni wileński Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Ogórek Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru	Sałatka jarzynowa Ser twarogowy, chudy Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru	Serek wiejski Ogórek Papryka czerwona Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Herbata czarna, napar bez cukru Pomidorowa pasta z tuńczyka	Schab pieczony Ser mozzarella light Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Połdwica sopočka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórki kiszzone Herbata czarna, napar bez cukru Serek wiejski ze szczypiorkiem
Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko 2% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko 2% tłuszczu Marchew	Mleko 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko 2% tłuszczu Marchew	Mleko 2% tłuszczu Marchew

piątek (2026-04-17)	sobota (2026-04-18)	niedziela (2026-04-19)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Płatki jęczmienne na mleku Ser twarogowy, chudy Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru Pasta z ciecierzycy	Grani, twarożek Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Papryka czerwona Roszponka Herbata czarna, napar bez cukru Owsianka na mleku Pasta rybna	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Ser mozzarella light Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Mix sałat Herbata czarna, napar bez cukru Sałatka z ciecierzycą i warzywami
Obiad	Obiad	Obiad
Ziemniaki, gotowane w wodzie Krupnik Ryba w jarzynach Surówka z kiszzonej kapusty Kompot wielowocowy	Ziemniaki, gotowane w wodzie Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex Woda Pieczarkowa Pulpet mielony	Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda Rosół z makaronem Kurczak w sosie śmietanowym Gotowana marchewka
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Gruszka Orzechy nerkowca	Dynia, pestki, łuskane Jabłko	Orzechy włoskie Pomarańcza
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Jaja gotowane Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Szyńka z indyka Chleb żytni wileński Chleb graham Sałata Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Serek wiejski Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Sałata Herbata czarna, napar bez cukru Schab pieczony Sałatka ze słonecznikiem	Pomidorowa pasta z kurczaka Ser twarogowy, chudy Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru
Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko 2% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko 2% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko 2% tłuszczu Rzodkiewka