



10.05.2026 (niedziela)

## ► Śniadanie

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

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.

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

Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)

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

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)

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

### Alergeny:

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)

Ser twarogowy, chudy (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

## ► Obiad

Rosół z makaronem 1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 3 i 1/3 plastra (50g)
- 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)
- Makaron z pszenicy durum - 1/3 szklanki (40g)



### 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**

Sok pomidorowy

1 i 1/3 szklanki  
(330ml)

Dyń, pestki, łuskane

1 i 1/2 łyżki (15g)

Alergeny: brak

**► Kolacja**

Jaja gotowane

1 sztuka (50g)

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.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)



Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Drobiowo - jarzynowa pasta z kurczaka (9)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb graham (1)  
Chleb żytni wileński (1)  
Jaja gotowane (3)

**► Przekąska**

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

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2001 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	117.48 g
<b>Tłuszcz:</b>	69.79 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	241.26 g
<b>Glukoza:</b>	10.87 g	<b>Fruktoza:</b>	11.85 g
<b>Sacharoza:</b>	12.43 g	<b>Laktoza:</b>	18.35 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	35.4 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	17.78 g
<b>Sód:</b>	2170.95 mg	<b>Sól:</b>	5.39 g

**11.05.2026 (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.

Serek wiejski 3 łyżki (60g)



Koper, świeży	1/2 łyżeczki (2g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

**► Obiad****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.

**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.

Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)
Fasolka szparagowa, mrożona	1/4 opakowania (100g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)



## Alergeny:

Krem z białych warzyw (1,7,9)  
Klopsy pieczone (1,3)

► **Podwieczorek**

Orzechy laskowe 1/2 garści (15g)

Gruszka 1 sztuka (130g)

## Alergeny

Orzechy laskowe (8)

► **Kolacja**

Pasta z ciecierzycy 1 porcja

- Czosnek - 1 ząbek (5g)
- Pietruszka, liście - 3/4 łyżeczki (5g)
- Ciecierzycyca 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.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)

Grani, twarożek 3 łyżki (60g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

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



## Alergeny:

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

## ▶ Przekąska

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

## Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2220 kcal	Białko ogółem:	107.42 g
Tłuszcz:	69.55 g	Węglowodany ogółem:	312.88 g
Glukoza:	9.63 g	Fruktoza:	16.36 g
Sacharoza:	14.67 g	Laktoza:	22.73 g
Błonnik pokarmowy:	46.59 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.23 g
Sód:	2353.87 mg	Sól:	4.6 g



12.05.2026 (wtorek)

## ▶ Śniadanie

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.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml  
Chleb żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)  
Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)  
Miód pszczeli 1 łyżka (25g)  
Kielbasa żywiecka 12 i 1/2 plastra (50g)



Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórki konserwowe	5 sztuk (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

**► Obiad**

Zupa jarzynowa 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)
- Mieszanka warzyw - 1/3 porcji (70g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (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 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:**

Woda 3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Zupa jarzynowa (7,9)  
Spaghetti pełnoziarniste (1,7)  
Surówka z selera i jabłka (7)



## ► Podwieczorek

Orzechy włoskie 3 sztuki (15g)

Pomarańcza 1/2 sztuki (120g)

Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

## ► Kolacja

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.

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.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)

Sałata 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)  
Pasta rybna (4,7)  
Sałatka z twarogiem (3,7)



## ► Przekąska

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

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2406 kcal	Białko ogółem:	128.06 g
Tłuszcz:	74.07 g	Węglowodany ogółem:	323.48 g
Glukoza:	8.77 g	Fruktoza:	10.17 g
Sacharoza:	19.26 g	Laktoza:	24.31 g
Błonnik pokarmowy:	37.76 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	21.5 g
Sód:	2129.68 mg	Sól:	5 g



13.05.2026 (środa)

## ► Śniadanie

Owsianka na mleku 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Sałatka wiosenna 1 porcja

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Papryka czerwona - 1/7 sztuki (30g)
- Pomidor - 1/6 sztuki (30g)
- Rzodkiewka - 1 i 1/3 sztuki (20g)



Sposób przygotowania:

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

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

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)

Roszponka 1/3 garści (10g)

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

**Alergeny:**

Ser mozzarella light (7)  
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)  
Chleb graham (1)  
Chleb żytni wileński (1)  
Owsianka na mleku (1,7)

**► Obiad****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.

**Leczo z ciecierzycą**

1 porcja

- Cebula - 1/4 sztuki (30g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Papryka czerwona - 1/5 sztuki (50g)
- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 6 i 2/3 plastra (100g)
- Cukinia - 1/6 sztuki (100g)
- Kapusta biała - 1/8 sztuki (50g)
- Koper, świeży - 1/2 łyżeczki (2g)
- Ciecierzycyca, sucha - 5 i 1/3 łyżki (80g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie/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:**

Gospodarcza (1,3,9)

**► Podwieczorek****Gruszka**

1 sztuka (130g)

**Orzechy nerkowca**

1/3 garści (15g)



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.

Jaja gotowane	1 sztuka (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Rzodkiewka	3 i 1/3 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)  
Jaja gotowane (3)

## ► Przekąska

Marchew

1 sztuka (50g)

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2550 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	145.23 g
<b>Tłuszcz:</b>	70.72 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	354.81 g
<b>Glukoza:</b>	11.62 g	<b>Fruktoza:</b>	17.21 g
<b>Sacharoza:</b>	14.57 g	<b>Laktoza:</b>	22.02 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	49.46 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	18.87 g
<b>Sód:</b>	2280.47 mg	<b>Sól:</b>	4.46 g

**14.05.2026 (czwartek)****► 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.

<b>Ser twarogowy, chudy</b>	1/4 sztuki (50g)
<b>Szynka z piersi kurczaka</b>	3 i 1/3 plastra (50g)
<b>Chleb żytni wileński</b>	1 i 1/3 kromki (50g)
<b>Chleb graham</b>	1 i 1/4 kromki (50g)
<b>Mix tłuszczowy do smarowania Finuu</b>	10ml
<b>Papryka czerwona</b>	1/5 sztuki (50g)
<b>Pomidor</b>	1/2 sztuki (80g)
<b>Herbata czarna, napar bez cukru</b>	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 fasolowa****1 porcja**



- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Fasola biała, nasiona suche - 1/2 szklanki (80g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziemniaki - 1 sztuka (100g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**Pulpety w sosie pomidorowym**

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Kajzerki - 1/6 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:****Kasza gryczana**

2/3 woreczka (70g)

**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:****Woda**

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Zupa fasolowa (9)  
Pulpety w sosie pomidorowym (1,3)  
Surówka z pora (7)

**► Podwieczorek****Orzechy włoskie**

3 sztuki (15g)

**Jabłko**

1 sztuka (170g)

**Alergeny:**

Orzechy włoskie (8)

**► Kolacja****Serek wiejski**

3 łyżki (60g)

**Szynka z indyka**

3 i 1/3 plastra (50g)

**Chleb graham**

1 i 1/4 kromki (50g)



Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
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)

**Alergeny:**

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

**► Przekąska**

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

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2315 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	138.56 g
<b>Tłuszcz:</b>	60.8 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	326.64 g
<b>Glukoza:</b>	11.82 g	<b>Fruktoza:</b>	18.64 g
<b>Sacharoza:</b>	17.67 g	<b>Laktoza:</b>	23.89 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	50.05 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	19.11 g
<b>Sód:</b>	2368.25 mg	<b>Sól:</b>	5.14 g

**15.05.2026 (piątek)****► Śniadanie**

Kasza jaglana na mleku 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**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 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:****Chleb graham**

1 i 1/4 kromki (50g)

**Chleb żytni wileński**

1 i 1/3 kromki (50g)

**Mix tłuszczowy do smarowania Finuu**

10ml

**Rzodkiewka**

3 i 1/3 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)

Kasza jaglana na mleku (7)

Sałatka Caprese (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) - 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 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:**

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

Woda 3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

Zupa kalafiorowa (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**

Grani, twarożek 3 łyżki (60g)

Jaja gotowane 1 sztuka (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)

Mix sałat 1/3 garści (10g)

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)  
Grani, twarógzek (7)  
Jaja gotowane (3)

## ► Przekąska

Pomidor koktajlowy 2 i 1/2 sztuki (50g)

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

## Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2258 kcal	Białko ogółem:	113.52 g
Tłuszcz:	80.7 g	Węglowodany ogółem:	287.56 g
Glukoza:	10.9 g	Fruktoza:	9.72 g
Sacharoza:	23.23 g	Laktoza:	22.73 g
Błonnik pokarmowy:	38.26 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.07 g
Sód:	2363.59 mg	Sól:	3.05 g



16.05.2026 (sobota)

## ► 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.

Sałatka wiosenna 1 porcja

- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Papryka czerwona - 1/7 sztuki (30g)
- Pomidor - 1/6 sztuki (30g)
- Rzodkiewka - 1 i 1/3 sztuki (20g)



## Sposób przygotowania:

Serek wiejski 3 łyżki (60g)

**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.

**Chleb graham**

1 i 1/4 kromki (50g)

**Chleb żytni wileński**

1 i 1/3 kromki (50g)

**Mix tłuszczowy do smarowania Finuu**

10ml

**Sałata**

1/8 sztuki (15g)

**Herbata czarna, napar bez cukru**

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

**► Obiad****Zupa jarzynowa**

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)
- Mieszanka warzyw - 1/3 porcji (70g)
- Porcja rosółowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**Brokuły, gotowane w wodzie**

1 porcja (100g)

**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

**Bitka drobiowa**

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 6 i 2/3 plastra (100g)
- Mąka orkiszowa - 1/3 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie w piecu.



## Alergeny:

Zupa jarzynowa (7,9)  
Bitka drobiowa (1)

► **Podwieczorek**

Dynia, pestki, łuskane	1 i 1/2 łyżki (15g)
Gruszka	1 sztuka (130g)

Alergeny - brak

► **Kolacja**

Ser twarogowy, chudy	1/4 sztuki (50g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
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)  
Ser twarogowy, chudy (7)

► **Przekąska**

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



## Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2050 kcal	Białko ogółem:	122.98 g
Tłuszcz:	55.76 g	Węglowodany ogółem:	280.78 g
Glukoza:	7.89 g	Fruktoza:	13.42 g
Sacharoza:	11.79 g	Laktoza:	24.28 g
Błonnik pokarmowy:	37.2 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.33 g
Sód:	2167.75 mg	Sól:	4.6 g



17.05.2026 (niedziela)

## ► Śniadanie

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

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.

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 żytni wileński 1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham 1 i 1/4 kromki (50g)

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)  
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)

**► Obiad****Rosół z makaronem**

1 porcja

- Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 3 i 1/3 plastra (50g)
- 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)
- Makaron z pszenicy durum - 1/3 szklanki (40g)

**Sposób przygotowania:**

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

Gotowanie.

**Ziemniaki, gotowane w wodzie**

2 i 1/3 sztuki (200g)

**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****Jabłko**

1 sztuka (170g)



Orzechy nerkowca

1/3 garści (15g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (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.

Grani, twarożek

3 łyżki (60g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Sałata

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)  
Pomidorowa pasta z kurczaka (9)  
Grani, twarożek (7)

## ► Przekąska

Pomidor koktajlowy

2 i 1/2 sztuki (50g)

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Alergeny:

Mleko 2% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	<b>2091 kcal</b>	<b>Białko ogółem:</b>	<b>113.68 g</b>
<b>Tłuszcz:</b>	<b>68.62 g</b>	<b>Węglowodany ogółem:</b>	<b>270.81 g</b>
<b>Glukoza:</b>	<b>10.99 g</b>	<b>Fruktoza:</b>	<b>17.64 g</b>
<b>Sacharoza:</b>	<b>17.42 g</b>	<b>Laktoza:</b>	<b>17.19 g</b>
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	<b>38.77 g</b>	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	<b>17.61 g</b>
<b>Sód:</b>	<b>1722.02 mg</b>	<b>Sól:</b>	<b>3.57 g</b>

**18.05.2026 (poniedziałek)****Śniadanie**

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 rybna z jajkiem

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Miruna, filet - 1/4 sztuki (80g)
- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Musztarda - 1/5 łyżeczki (2g)

**Sposób przygotowania:**

Jajko gotowane.

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

1 i 1/4 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Rzodkiewka

3 i 1/3 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)
- Płatki gryczane na mleku (7)
- Grani, twaróg (7)



## ► Obiad

### Ziemniaczana

1 porcja

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



#### Sposób przygotowania:

Gotowanie.

### Gulasz węgierski z indyka

1 porcja

- Mięso z piersi indyka, bez skóry - 1 sztuka (100g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g)
- Ogórki konserwowe - 3 sztuki (30g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Śmietana 12% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g)
- Mąka orkiszowa - 1/3 łyżki (5g)



#### Sposób przygotowania:

Duszenie/ pieczenie z funkcją pary.

### Kasza jęczmienna, pęczak

2/3 woreczka (70g)

### Mizeria

1 porcja

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



#### Sposób przygotowania:

### Woda

3/4 szklanki (200ml)

#### Alergeny:

Ziemniaczana (7,9)  
Zraz z ogórkiem kiszonym (10,12)  
Kasza jęczmienna, pęczak (1)  
Mizeria (7)

## ► Podwieczorek

### Sok warzywno-owocowy

1 i 1/3 szklanki  
(330ml)

### Orzechy włoskie

3 sztuki (15g)

#### Alergeny:

Orzechy włoskie (8)



## ► Kolacja

Ser twarogowy, chudy	1/4 sztuki (50g)
Koper ogrodowy	1/2 łyżeczki (2g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 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 do smarowania Finuu (7)  
Chleb graham (1)  
Chleb żytni wileński (1)  
Ser twarogowy, chudy (7)

## ► Przekąska

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

### Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



## Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2171 kcal	Białko ogółem:	122.96 g
Tłuszcz:	53.63 g	Węglowodany ogółem:	315.94 g
Glukoza:	6.79 g	Fruktoza:	7.04 g
Sacharoza:	11.88 g	Laktoza:	25.18 g
Błonnik pokarmowy:	33.89 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	16.36 g
Sód:	2337.49 mg	Sól:	5.58 g



19.05.2026 (wtorek)

## ► Śniadanie

**Owsianka na mleku**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

**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)

**Chleb żytni wileński**

1 i 1/3 kromki (50g)

**Mix tłuszczowy do smarowania Finuu**

10ml

**Chleb graham**

1 i 1/4 kromki (50g)

**Pomidor koktajlowy**

2 i 1/2 sztuki (50g)

**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)

Owsianka na mleku (1,7)

Ser mozzarella light (7)

## ► Obiad

**Ogórkowa**

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)
- Ogórki kiszone - 2/3 sztuki (40g)
- 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.

**Kompot wieloowocowy**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

**Alergeny:**

Ogórkowa (7,9,12)

Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka (1,7)

**► Podwieczorek**

Pomarańcza 1/2 sztuki (120g)

Orzechy laskowe 1/2 garści (15g)

**Alergeny:**

Orzechy laskowe (8)

**► Kolacja**

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 1 i 1/4 kromki (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Mix sałat 2/3 garści (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**

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

**Alergeny:**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

<b>Wartość energetyczna:</b>	2187 kcal	<b>Białko ogółem:</b>	130.43 g
<b>Tłuszcz:</b>	62.31 g	<b>Węglowodany ogółem:</b>	291.67 g
<b>Glukoza:</b>	6.98 g	<b>Fruktoza:</b>	7.05 g
<b>Sacharoza:</b>	13.72 g	<b>Laktoza:</b>	23.73 g
<b>Błonnik pokarmowy:</b>	40.46 g	<b>Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:</b>	17.9 g
<b>Sód:</b>	2667.13 mg	<b>Sól:</b>	3.71 g

niedziela (2026-05-10)	poniedziałek (2026-05-11)	wtorek (2026-05-12)	środa (2026-05-13)	czwartek (2026-05-14)	piątek (2026-05-15)	sobota (2026-05-16)
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Indyk pieczony Ser twarogowy, chudy Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki jęczmienne na mleku Serek wiejski Koper, świeży Szynka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki gryczane na mleku Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Miód pszczeni Kielbasa żywiecka Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru	Owsianka na mleku Sałatka wiosenna Ser mozzarella light Szynka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Roszponka Herbata czarna, napar bez cukru	Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Ser twarogowy, chudy Szynka z piersi kurczaka Chleb żytni wileński Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Papryka czerwona Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru	Kasza jaglana na mleku Schab pieczony Sałatka Caprese Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki jęczmienne na mleku Sałatka wiosenna Serek wiejski Indyk pieczony Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Sałata 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>
Rosół z makaronem Kurczak pieczony Gotowana marchewka Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy	Krem z białych warzyw Klopsy pieczone Ziemniaki, gotowane w wodzie Fasolka szparagowa, mrożona Woda	Zupa jarzynowa Spaghetti pełnoziarniste Surówka z selera i jabłka Woda	Gospodarcza Leczo z ciecierzycą Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy	Zupa fasolowa Pulpety w sosie pomidorowym Kasza gryczana Surówka z pora Woda	Zupa kalafiorowa Ryba pieczona Surówka z kiszanej kapusty Ziemniaki, gotowane w wodzie Woda	Zupa jarzynowa Brokuły, gotowane w wodzie Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Bitka drobiowa
<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>
Sok pomidorowy Dyń, pestki, łuskane	Orzechy laskowe Gruszka	Orzechy włoskie Pomarańcza	Gruszka Orzechy nerkowca	Orzechy włoskie Jabłko	Orzechy laskowe Banan	Dyń, pestki, łuskane Gruszka
<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>
Jaja gotowane Drobiowo - jarzynowa pasta z kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Pasta z ciecierzycy Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Grani, twarożek Pomidor Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Pasta rybna Sałatka z twarogiem Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Schab pieczony Jaja gotowane Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Serek wiejski Szynka z indyka Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Grani, twarożek Jaja gotowane Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Mix sałat Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Ser twarogowy, chudy Szynka z piersi kurczaka Chleb żytni wileński Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru
<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>
Rzodkiewka Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Marchew Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Pomidor koktajlowy Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Marchew Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Marchew Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Pomidor koktajlowy Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Rzodkiewka Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

niedziela (2026-05-17)	poniedziałek (2026-05-18)	wtorek (2026-05-19)
<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>	<b>Śniadanie</b>
Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Smalec z białej fasoli Schab pieczony Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki gryczane na mleku Pasta rybna z jajkiem Szynka z indyka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Owsianka na mleku Schab pieczony Ser mozzarella light Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Pomidor koktajlowy Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru
<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>	<b>Obiad</b>
Rosół z makaronem Ziemniaki, gotowane w wodzie Kurczak w sosie śmietanowym Gotowana marchewka Kompot wieloowocowy	Ziemniaczana Gulasz węgierski z indyka Kasza jęczmienna, pęczak Mizeria Woda	Ogórkowa Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka Kompot wieloowocowy
<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>	<b>Podwieczorek</b>
Jabłko Orzechy nerkowca	Sok warzywno-owocowy Orzechy włoskie	Pomarańcza Orzechy laskowe
<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>	<b>Kolacja</b>
Pomidorowa pasta z kurczaka Grani, twarożek Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Papryka czerwona Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Ser twarogowy, chudy Koper ogrodowy Szynka z piersi kurczaka Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Serek wiejski Szynka z indyka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Mix sałat Herbata czarna, napar bez cukru
<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>	<b>Przekąska</b>
Pomidor koktajlowy Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Marchew Mleko UHT, 1,5% tłuszczu	Rzodkiewka Mleko UHT, 1,5% tłuszczu