



01.09.2026 (wtorek)

► Śniadanie

Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Szynka z indyka	3 i 1/3 plastra (50g)
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu	2 łyżeczki (10g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Chleb graham	1 i 1/3 kromki (40g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Kasza jaglana na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

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)
Ser mozzarella light (7)
Kasza jaglana na mleku (7)

► Obiad

Fasolka szparagowa, mrożona	1/4 opakowania (100g)
Woda	1 i 2/3 szklanki (400ml)
Ziemniaki, gotowane w wodzie	4 i 3/4 sztuki (400g)
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.

Klops pieczony	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.



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

► Podwieczorek

Orzechy włoskie	2/3 garści (20g)
Gruszka	1 sztuka (130g)

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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Wieprzowina, schab gotowany	1/3 porcji (70g)
Koper ogrodowy	1/2 łyżeczki (2g)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)
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:
Miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Salatka Caprese (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:	2304 kcal
Tłuszcz:	77.62 g
Glukoza:	8.26 g
Sacharoza:	12.92 g
Błonnik pokarmowy:	39.44 g
Sód:	2234.28 mg

Białko ogółem:	125.41 g
Węglowodany ogółem:	297.07 g
Fruktoza:	14.02 g
Laktoza:	22.11 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.22 g
Sól:	3.6 g



02.09.2026 (środa)

► 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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Wieprzowina, schab gotowany	1/4 porcji (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
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.

Alergeny:

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

► Obiad

Ryż brązowy	1/3 szklanki (70g)
Kompot wieloowocowy	1 porcja
- Owoce leśne, mrożone - 1/3 szklanki (70g) - Woda - 3/4 szklanki (200ml)	
 Sposób przygotowania:	
Gotowanie.	
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) - Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g) - Porcja rosółowa (drób) - (40g) - Mieszanka warzyw - (70g)	
 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.

Gotowana marchewka

1 porcja

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



**Sposób
przygotowania:**

Gotowanie.

Alergeny:

Zupa jarzynowa (7,9)

Gulasz węgierski z indyka (1,7)

► **Podwieczorek**

Sok warzywno-owocowy

1 i 1/3 szklanki (330ml)

Orzechy włoskie

2/3 garści (20g)

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)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Ser twarogowy, chudy

1 i 2/3 plastra (50g)

Salata

1/8 sztuki (15g)

Pasta rybna

1 porcja

- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Śledź w oleju - 2/3 sztuki (40g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Miruna, filet - 1/8 sztuki (40g)



**Sposób
przygotowania:**

Ryba- gotowanie, miksowanie.

Alergeny:

Pasta rybna (4,7)

Ser twarogowy, chudy (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (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:	2318 kcal	Białko ogółem:	118.37 g
Tłuszcz:	77.83 g	Węglowodany ogółem:	303.07 g
Glukoza:	5.29 g	Fruktoza:	5.2 g
Sacharoza:	11.8 g	Laktoza:	24.18 g
Błonnik pokarmowy:	33.32 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.27 g
Sód:	1825.15 mg	Sól:	3.73 g



03.09.2026 (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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Ser twarogowy, chudy	1 i 2/3 plastra (50g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Owsianka na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:

Owsianka na mleku (1,7)
Ser twarogowy, chudy (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (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.

Pomidorowa z makaronem	1 porcja
------------------------	----------

- Makaron dwujajeczny - 1/2 szklanki (40g)
- Koncentrat pomidorowy 30% - 1 i 1/3 łyżeczki (20g)
- Marchew - 1 sztuka (50g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Liść laurowy, suszony - 1/2 sztuki (1g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Mleko 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Ziele angielskie - 1/3 łyżeczki (1g)
- Porcja rosółowa (drób) - (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 - (50g)



**Sposób
przygotowania:**

Duszenie/ pieczenie z funkcją pary.

Surówka z kapusty

1 porcja

- Szczypiorek - 1 łyżka (5g)
- Jabłko - 1/6 sztuki (30g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Kapusta biała - 1/8 sztuki (100g)
- Marchew - 1/3 sztuki (20g)



**Sposób
przygotowania:**

Alergeny:
Pomidorowa z makaronem (1,3,7,9)
Schab w warzywach (1)

► **Podwieczorek**

Orzechy laskowe

2/3 garści (20g)

Jabłko

1 sztuka (170g)

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)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Szynka z indyka

3 i 1/3 plastra (50g)

Jaja gotowane

1 sztuka (50g)

Ogórki konserwowe

5 sztuk (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

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

► **Przekąska**

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)



Alergeny:
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2031 kcal	Białko ogółem:	117.06 g
Tłuszcz:	64.84 g	Węglowodany ogółem:	262.01 g
Glukoza:	12.39 g	Fruktoza:	19.6 g
Sacharoza:	16.16 g	Laktoza:	24.64 g
Błonnik pokarmowy:	33.18 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.45 g
Sód:	2167.3 mg	Sól:	5.17 g



04.09.2026 (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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Szynka gotowana z piersi indyka	4 i 1/4 plastra (50g)
Roszpinka	1/3 garści (10g)
Płatki jęczmienna na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Ogórek	1/4 sztuki (50g)
--------	------------------

Alergeny:

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

► 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.

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 kiszanej	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)
------------------------------	-----------------------



Alergeny:
Zupa kalafiorowa (7,9)
Ryba pieczona (1,4)

► 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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)
Kiełbasa żywiecka	12 i 1/2 plastra (50g)
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)
- Ciecierzycy bez zalewy, puszka - 1/3 puszki (80g)
- Sok z cytryny - 3/4 łyżki (5ml)



Sposób
przygotowania:

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)
Marchew	1 sztuka (50g)



Alergeny:
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2175 kcal	Białko ogółem:	108.56 g
Tłuszcz:	78.2 g	Węglowodany ogółem:	280.77 g
Glukoza:	10.31 g	Fruktoza:	8.93 g
Sacharoza:	15.38 g	Laktoza:	22.73 g
Błonnik pokarmowy:	43.55 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.74 g
Sód:	3264.85 mg	Sól:	3.85 g



05.09.2026 (sobota)

► 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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Ser twarogowy, chudy	1 i 2/3 plastra (50g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
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.

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

Woda	3/4 szklanki (200ml)
Kasza gryczana	2/3 woreczka (70g)
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, późne - 1 sztuka (100g) • Porcja rosółowa (drób) - (40g)	
Pulpety w sosie pomidorowym • 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.



Sposób
przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Surówka z pora	1 porcja
----------------	----------



- Jabłko - 1/8 sztuki (20g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1/2 łyżki (10g)
- Kasza gryczana - 2/3 woreczka (70g)
- Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)
- Por - 3/4 sztuki (100g)



Sposób
przygotowania:

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

► Podwieczorek

Orzechy włoskie 2/3 garści (20g)

Jabłko 1 sztuka (170g)

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)

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

Serek wiejski 3 łyżki (60g)

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

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Ogórek 1/4 sztuki (50g)

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)

Marchew 1 sztuka (50g)

Alergeny:
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2510 kcal
Tłuszcz:	66.24 g
Glukoza:	11.51 g
Sacharoza:	17.65 g
Błonnik pokarmowy:	51.94 g
Sód:	2191.75 mg

Białko ogółem:	145.67 g
Węglowodany ogółem:	358.63 g
Fruktoza:	18.38 g
Laktoza:	23.89 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.59 g
Sól:	4.73 g



06.09.2026 (niedziela)

► Śniadanie

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	7 i 1/2 łyżki (150g)
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)
Jaja gotowane	1 sztuka (50g)
Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Salata	1/8 sztuki (15g)

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)

Grani, twarożek (7)

Jaja gotowane (3)

► Obiad

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

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 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.

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)

► Podwieczorek

Orzechy włoskie 2/3 garści (20g)

Jabłko 1 sztuka (170g)

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)

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

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

Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

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.

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

► 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:	1942 kcal	Białko ogółem:	102.68 g
Tłuszcz:	74 g	Węglowodany ogółem:	232.43 g
Glukoza:	10.83 g	Fruktoza:	17.07 g
Sacharoza:	15.37 g	Laktoza:	18.35 g
Błonnik pokarmowy:	31.89 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.29 g
Sód:	1335.1 mg	Sól:	3.32 g



07.09.2026 (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)
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.

Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Szynka z indyka	4 i 2/3 plastra (70g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Salata	1/8 sztuki (15g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)

Alergeny:

Płatki gryczane na mleku (1,7)
Miks 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) - Porcja rosółowa (drób) - (40g) - Mieszanka warzyw - (70g)	



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 - 1/2 sztuki (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)

► 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)

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

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

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

Salatka 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:

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Ser twarogowy, chudy (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: 1898 kcal Białko ogółem: 117.5 g



Wartości odżywcze

Tłuszcz:	51.6 g	Węglowodany ogółem:	257.24 g
Glukoza:	7.85 g	Fruktoza:	13.37 g
Sacharoza:	11.06 g	Laktoza:	23.66 g
Błonnik pokarmowy:	31.81 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	15.77 g
Sód:	2190.35 mg	Sól:	4.96 g



08.09.2026 (wtorek)

► Śniadanie

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)
Chleb żytni wileński	1 i 1/4 kromki (40g)
Wieprzowina, schab gotowany	1/3 porcji (70g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
Smalec z 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.

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.

Alergeny:

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

► Obiad

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

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Leczo z cukinią i kurczakiem	1 porcja
• Mięso z piersi kurczaka, bez skóry - 1/2 sztuki (100g) • Cebula - 1/4 sztuki (30g) • Cukinia - 1/6 sztuki (100g) • Kapusta biała - 1/8 sztuki (50g) • Koncentrat pomidorowy 30% - 2/3 łyżeczki (10g) • Koper ogrodowy - 1/2 łyżeczki (2g) • Papryka czerwona - 1/5 sztuki (50g) • Pieczarka uprawna, świeża - 2 i 1/2 sztuki (50g)	



Sposób
przygotowania:

Duszenie/ Gotowanie.



Szpinakowa

1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Alergeny:
Szpinakowa (7,9)

► Podwieczorek

Jabłko 1 sztuka (170g)

Orzechy nerkowca 1/3 garści (15g)

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)

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

Grani, twaróg 3 łyżki (60g)

Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)

Salata 1/8 sztuki (15g)

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

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

► 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:	2079 kcal	Białko ogółem:	117.93 g
Tłuszcz:	61.11 g	Węglowodany ogółem:	283.44 g
Glukoza:	12.26 g	Fruktoza:	19.21 g
Sacharoza:	14.71 g	Laktoza:	22.11 g
Błonnik pokarmowy:	39.64 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	16.33 g
Sód:	1689.46 mg	Sól:	3.42 g



09.09.2026 (środa)

► 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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Szynka z indyka	3 i 1/3 plastra (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Rzodkiewka	3 i 1/3 sztuki (50g)
Płatki jęczmienne na mleku	1 porcja

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

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



Sposób
przygotowania:

Jajko, ryba- gotowanie.

Alergeny:

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb graham (1)
Chleb żytni wileński (1)
Płatki jęczmienne na mleku (7)
Pasta rybna z jajkiem (3,4,7,10)

► 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) - (40g)	
 Sposób przygotowania: Gotowanie.	
Kasza jęczmienna, pęczak	2/3 woreczka (70g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)
Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym	1 porcja
• Polędwica z piersi kurczaka - 10 plastrów (100g) • Szpinak - 3/4 garści (20g) • Śmietana 12% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g) • Mąka pszenna pełnoziarnista - 1/3 łyżki (5g)	
 Sposób przygotowania: Pieczenie.	



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:

Ziemniaczana (7,9)

Kasza jęczmienna, pęczak (1)

Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym (1,7)

Surówka z selera i jabłka (7,9)

► Podwieczorek

Sok warzywno-owocowy

1 i 1/3 szklanki (330ml)

Orzechy włoskie

1/2 garści (15g)

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)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Ser twarogowy, chudy

1 i 2/3 plastra (50g)

Koper ogrodowy

1/2 łyżeczki (2g)

Szynka z piersi kurczaka

3 i 1/3 plastra (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Alergeny:

Miks tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb graham (1)

Chleb żytni wileński (1)

Ser twarogowy, chudy (7)

► Przekąska

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu

1 szklanka (250ml)

Marchew

1 sztuka (50g)



Alergeny:
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2115 kcal	Białko ogółem:	121.9 g
Tłuszcz:	54.81 g	Węglowodany ogółem:	303.13 g
Glukoza:	7 g	Fruktoza:	7.89 g
Sacharoza:	12.46 g	Laktoza:	24.86 g
Błonnik pokarmowy:	37.83 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	15.17 g
Sód:	2947.39 mg	Sól:	7.12 g



10.09.2026 (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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Wieprzowina, schab gotowany	1/3 porcji (70g)
Ser mozzarella light	2 i 1/2 plastra (50g)
Pomidor koktajlowy	2 i 1/2 sztuki (50g)
Ogórek	1/4 sztuki (50g)
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)
Ser mozzarella light (7)

► Obiad

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

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



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Zupa krupnik	1 porcja
--------------	----------

- Kasza jęczmienna, perłowa - 1/5 woreczka (20g)
- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Seler korzeniowy - 1/7 sztuki (50g)
- Ziemniaki, późne - 2 i 1/4 sztuki (200g)
- Porcja rosółowa (drób) - (40g)



Sposób
przygotowania:

Gotowanie.

Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka	1 porcja
---	----------

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



Sposób
przygotowania:

Duszenie.



Alergeny:
Zupa krupnik (1,9)
Makaron w sosie pieczarkowym z piersią z kurczaka (1,7)

► Podwieczorek

Śliwki	2 sztuki (110g)
Orzechy laskowe	1/2 garści (15g)

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)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
Serek wiejski	3 łyżki (60g)
Szynka z indyka	3 i 1/3 plastra (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Mix sałat	2/3 garści (15g)

Alergeny:
Miks 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: 2136 kcal Białko ogółem: 127.04 g



Wartości odżywcze

Tłuszcz:	62.29 g	Węglowodany ogółem:	282.29 g
Glukoza:	7.72 g	Fruktoza:	6 g
Sacharoza:	11.9 g	Laktoza:	22.96 g
Błonnik pokarmowy:	37.96 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.19 g
Sód:	1987.13 mg	Sól:	3.16 g

wtorek (2026-09-01)	środa (2026-09-02)	czwartek (2026-09-03)	piątek (2026-09-04)	sobota (2026-09-05)	niedziela (2026-09-06)	poniedziałek (2026-09-07)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Ser mozzarella light Szynka z indyka Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Kasza jaglana na mleku Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Serek wiejski Wieprzowina, schab gotowany Papryka czerwona Ogórek Płatki gryczane na mleku	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser twarogowy, chudy Szynka z piersi kurczaka Ogórek Pomidor Owsianka na mleku	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser mozzarella light Szynka gotowana z piersi indyka Roszponka Płatki jęczmienna na mleku Ogórek	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser twarogowy, chudy Szynka z piersi kurczaka Papryka czerwona Pomidor Zacierka z mąki orkiszowej na mleku	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Jaja gotowane Grani, twarożek Pomidor Sałata	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Płatki gryczane na mleku Serek wiejski Szynka z indyka Pomidor Sałata Ogórek
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Fasolka szparagowa, mrożona Woda Ziemniaki, gotowane w wodzie Krem z białych warzyw Klops pieczony	Ryż brązowy Kompot wieloowocowy Zupa jarzynowa Gulasz węgierski z indyka Gotowana marchewka	Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Pomidorowa z makaronem Schab w warzywach Surówka z kapusty	Zupa kalafiorowa Ryba pieczona Surówka z kapusty kiszzonej Ziemniaki, gotowane w wodzie	Woda Kasza gryczana Zupa fasolowa Pulpety w sosie pomidorowym Surówka z pora	Ziemniaki, gotowane w wodzie Rosół z makaronem Kurczak pieczony Gotowana marchewka Kompot wieloowocowy	Zupa jarzynowa Brokuły, gotowane w wodzie Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Bitka drobiowa
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Orzechy włoskie Gruszka	Sok warzywno-owocowy Orzechy włoskie	Orzechy laskowe Jabłko	Orzechy nerkowca Śliwki	Orzechy włoskie Jabłko	Orzechy włoskie Jabłko	Dynia, pestki, łuskane Gruszka
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Wieprzowina, schab gotowany Koper ogrodowy Rzodkiewka Sałatka Caprese	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser twarogowy, chudy Sałata Pasta rybna	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Szynka z indyka Jaja gotowane Ogórki konserwowe Pomidor	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Pomidor Rzodkiewka Kielbasa żywiecka Pasta z ciecierzycy	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Serek wiejski Szynka z indyka Pomidor Ogórek	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser twarogowy, chudy Papryka czerwona Pomidor Pomidorowa pasta z kurczaka	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser twarogowy, chudy Szynka z piersi kurczaka Sałatka wiosenna
Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Ogórek	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Ogórek	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Papryka czerwona	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

wtorek (2026-09-08)	środa (2026-09-09)	czwartek (2026-09-10)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Chleb żytni wileński Wieprzowina, schab gotowany Pomidor Ogórek Smalec z fasoli Płatki gryczane na mleku	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Szynka z indyka Pomidor Rzodkiewka Płatki jęczmienne na mleku Pasta rybna z jajkiem	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Wieprzowina, schab gotowany Ser mozzarella light Pomidor koktajlowy Ogórek Owsianka na mleku
Obiad	Obiad	Obiad
Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Leczo z cukinią i kurczakiem Szpinakowa	Ziemniaczana Kasza jęczmienna, pęczak Woda Pierś z kurczaka w sosie szpinakowym Surówka z selera i jabłka	Kompot wieloowocowy Zupa krupnik Makaron w sosie pieczarkowym z pierśią z kurczaka
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Jabłko Orzechy nerkowca	Sok warzywno-owocowy Orzechy włoskie	Śliwki Orzechy laskowe
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Grani, twarożek Papryka czerwona Sałata Szynka z indyka	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Ser twarogowy, chudy Koper ogrodowy Szynka z piersi kurczaka Pomidor Papryka czerwona	Chleb żytni wileński Chleb graham Miks tłuszczowy do smarowania Finuu Herbata czarna, napar bez cukru Serek wiejski Szynka z indyka Pomidor Mix sałat
Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka