



20.05.2026 (środa)

► 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.

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.

Jaja gotowane

1 sztuka (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórek

1/4 sztuki (50g)

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 żytni wileński (1)

Chleb graham (1)

Jaja gotowane (3)

► Obiad

Krupnik

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Fasola w sosie pomidorowym

1 porcja



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

**Sposób przygotowania:**

Duszenie.

Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)
Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex	1/5 opakowania (100g)
Woda	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Krupnik (1,9)

Fasola w sosie pomidorowym (1,9)

► Podwieczorek

Jabłko	1 sztuka (170g)
Dynia, pestki, łuskane	2 łyżki (20g)

Alergeny: brak

► Kolacja

Grani, twarożek	3 łyżki (60g)
Szynka z piersi kurczaka	3 i 1/3 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

► Przekąska

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

Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2359 kcal	Białko ogółem:	117.89 g
Tłuszcz:	65.13 g	Węglowodany ogółem:	351.25 g
Glukoza:	10.66 g	Fruktoza:	16.67 g
Sacharoza:	17.92 g	Laktoza:	22.02 g
Błonnik pokarmowy:	52.36 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.48 g
Sód:	2020.5 mg	Sól:	4.73 g

**21.05.2026 (czwartek)****► Śniadanie**

Kasza jaglana na mleku 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Pomidorowa pasta z tuńczyka 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

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






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

Alergeny:

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

► Obiad

Brokułowa	1 porcja
<ul style="list-style-type: none">• 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 rosołowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)	 Sposób przygotowania: Gotowanie.
Wątróbka drobiowa z cebulką	1 porcja
<ul style="list-style-type: none">• Wątróbka kurczaka - 1 sztuka (100g)• Cebula - 1/4 sztuki (30g)• Olej rzepakowy - 1/2 łyżki (5ml)• Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)	 Sposób przygotowania: Krótkie obsmażanie/duszenie.
Ziemniaki, gotowane w wodzie	2 i 1/3 sztuki (200g)
Surówka z selera i jabłka	1 porcja
<ul style="list-style-type: none">• 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:

Brokułowa (7,9)
Wątróbka drobiowa z cebulką (1)
Surówka z selera i jabłka (7,9)

► **Podwieczorek**

Gruszka	1 sztuka (130g)
Orzechy włoskie	4 sztuki (20g)

Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

► **Kolacja**

Pomidory z jogurtem 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

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

Schab pieczony 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

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

Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

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



Alergeny:

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

► Przekąska

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

Marchew 1 sztuka (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2364 kcal	Białko ogółem:	138.05 g
Tłuszcz:	76.33 g	Węglowodany ogółem:	304.08 g
Glukoza:	10.65 g	Fruktoza:	16.94 g
Sacharoza:	17.49 g	Laktoza:	25.24 g
Błonnik pokarmowy:	47.32 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.71 g
Sód:	2369.53 mg	Sól:	4.68 g



22.05.2026 (piątek)

► Śniadanie

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Sałatka z kapustą pekińską 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

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



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

Alergeny:

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku (1,3,7)
Sałatka z kapustą pekińską (7)
Serek wiejski (7)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb żytni wileński (1)
Chleb graham (1)

► Obiad

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 rosołowa (drób) - 1/8 sztuki (40g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Ryba w jarzynach 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Pieczenie z funkcją pary.

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

Surówka z 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:**

**Kompot wielowocowy**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Alergeny:

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

► Podwieczorek

Pomarańcza 1/2 sztuki (120g)

Orzechy nerkowca 2/3 garści (20g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (8)

► Kolacja**Pasta jajeczna z awokado**

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1 sztuka (50g)
- Awokado - 1/5 sztuki (30g)
- Czosnek - 1/3 ząbka (2g)
- Sok z cytryny - 1/3 łyżki (2ml)
- Majonez light - 1/5 łyżki (5g)

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Grani, twarożek 3 łyżki (60g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

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

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Roszonka 1/3 garści (10g)

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

**Alergeny:**

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

► Przekąska

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

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

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2120 kcal	Białko ogółem:	107.25 g
Tłuszcz:	67.88 g	Węglowodany ogółem:	287.81 g
Glukoza:	10.3 g	Fruktoza:	11.74 g
Sacharoza:	17.68 g	Laktoza:	23.69 g
Błonnik pokarmowy:	36.21 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.26 g
Sód:	2115.11 mg	Sól:	4.53 g

**23.05.2026 (sobota)****► Śniadanie**

Owsianka na mleku 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Miód pszczele 1 łyżka (25g)

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.



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)
Mix sałat	1/3 garści (10g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

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

► Obiad

Zupa grysikowa z kaszą jaglaną 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Schab w warzywach 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Duszenie/ pieczenie z funkcją pary.

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

Sałata 1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Woda 3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

► Podwieczorek

Banan	1 sztuka (120g)
Orzechy włoskie	4 sztuki (20g)

Alergeny:

Orzechy włoski (8)

► Kolacja

Serek Kiri	1 sztuka (17g)
Polędwica sopocka	4 i 1/4 plastra (50g)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu	10ml
Chleb graham	1 i 1/4 kromki (50g)
Chleb żytni wileński	1 i 1/3 kromki (50g)
Pomidor	1/2 sztuki (80g)
Papryka czerwona	1/5 sztuki (50g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

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

► Przekąska

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



Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2288 kcal	Białko ogółem:	111.64 g
Tłuszcz:	72.56 g	Węglowodany ogółem:	314.33 g
Glukoza:	11.06 g	Fruktoza:	10.51 g
Sacharoza:	23.22 g	Laktoza:	22.19 g
Błonnik pokarmowy:	36.01 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	20.98 g
Sód:	1751.06 mg	Sól:	4.08 g



24.05.2026 (niedziela)

► Śniadanie

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu	7 i 1/2 łyżki (150g)
Serek śmietankowy, naturalny	2 łyżki (50g)
Szynka z indyka	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)
Sałata	1/8 sztuki (15g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Jogurt naturalny, 2% tłuszczu (7)
Serek śmietankowy (7)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb IG - o niskim indeksie glikemicznym (1)



► Obiad

Rosół z makaronem

1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie

Kurczak 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.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

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 (1,3,9)

► Podwieczorek

Dynia, pestki, łuskane

2 łyżki (20g)

Sok pomidorowy

1 i 1/3 szklanki
(330ml)

Alergeny: brak

► 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.

Serek wiejski	3 łyżki (60g)
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:

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

► Przekąska

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

Alergeny:

- Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2035 kcal	Białko ogółem:	102.79 g
Tłuszcz:	80.08 g	Węglowodany ogółem:	242.73 g
Glukoza:	10.11 g	Fruktoza:	11.1 g
Sacharoza:	13.42 g	Laktoza:	17.85 g
Błonnik pokarmowy:	33.76 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	26.45 g
Sód:	2792 mg	Sól:	5.94 g



25.05.2026 (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.

Sałatka z soczewicy z warzywami

1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Soczewica - gotowanie.

Szynka z piersi kurczaka

3 i 1/3 plastra (50g)

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Pomidor

1/2 sztuki (80g)

Ogórki konserwowe

5 sztuk (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

Płatki gryczane na mleku (7)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)

Chleb IG - o niskim indeksie glikemicznym (1)

► Obiad

Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej

1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

Gulasz z indyka

1 porcja



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

**Sposób przygotowania:**

Duszenie/ pieczenie z funkcją pary.

Kasza gryczana

2/3 woreczka (70g)

Fasolka szparagowa, mrożona

1/4 opakowania
(100g)

Kompot wieloowocowy

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Alergeny:Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej (1,3,7,9)
Gulasz z indyka (1)**► Podwieczorek**

Jabłko

1 sztuka (170g)

Orzechy włoskie

4 sztuki (20g)

Alergeny:

Orzechy włoskie (8)

► Kolacja

Twarożek ze szczypiorkiem

1 porcja

- Szczypiorek - 2 łyżki (10g)
- Jogurt naturalny, 2% tłuszczu - 1 łyżka (20g)
- Ser twarogowy, półtłusty - 1 i 2/3 plastra (50g)

**Sposób przygotowania:**

Połędwica sopocka

4 i 1/4 plastra (50g)

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu

10ml

Chleb graham

1 i 1/4 kromki (50g)

Chleb żytni wileński

1 i 1/3 kromki (50g)

Pomidor

1/2 sztuki (80g)



Rzodkiewka 3 i 1/3 sztuki (50g)

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

Alergeny:

Twarożek ze szczypiorkiem (7)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb żytni wileński (1)
Chleb graham (1)

► **Przekąska**

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

Marchew 1 sztuka (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2251 kcal	Białko ogółem:	125.01 g
Tłuszcz:	65.06 g	Węglowodany ogółem:	309.15 g
Glukoza:	11.33 g	Fruktoza:	17.69 g
Sacharoza:	17.14 g	Laktoza:	24.35 g
Błonnik pokarmowy:	47.03 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.48 g
Sód:	2280.33 mg	Sól:	5.71 g



26.05.2026 (wtorek)

► **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.

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

Alergeny:

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

► Obiad**Pieczarkowa**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Gołąbki 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.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

Mizeria

1 porcja



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



Sposób przygotowania:

Kompot wieloowocowy

1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie

Alergeny:

Pieczarkowa (7,9)

Gołąbki bez zawijania z kaszą (1,3)

Mizeria (7)

► Podwieczorek

Dyń, pestki, łuskane

2 łyżki (20g)

Gruszka

1 sztuka (130g)

Alergeny: brak

► Kolacja

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.

Szynka z piersi kurczaka

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)

Papryka czerwona

1/5 sztuki (50g)

Sałata

1/8 sztuki (15g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

► Przekąska

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

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)

**Wartości odżywcze**

Wartość energetyczna:	2298 kcal	Białko ogółem:	129.72 g
Tłuszcz:	66.8 g	Węglowodany ogółem:	313.65 g
Glukoza:	11.12 g	Fruktoza:	17.21 g
Sacharoza:	13.01 g	Laktoza:	24.01 g
Błonnik pokarmowy:	39.74 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	19.82 g
Sód:	2000 mg	Sól:	4.35 g

**27.05.2026 (środa)****► 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)
Koper, świeży	1/2 łyżeczki (2g)
Jaja gotowane	1 sztuka (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)

Ogórek 1/4 sztuki (50g)

Maślanka truskawkowa 1 porcja

- Maślanka naturalna OSM - 1/8 opakowania (100ml)
- Truskawki, mrożone - 1/3 szklanki (50g)



Sposób przygotowania:

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

Alergeny:

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

► Obiad

Zupa szpinakowa 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

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,

Ryż brązowy 1/4 szklanki (50g)

Sałata 1 porcja

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



Sposób przygotowania:



Woda 3/4 szklanki (200ml)

Alergeny:

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

► Podwieczorek

Sok warzywno-owocowy 1 i 1/3 szklanki (330ml)

Orzechy nerkowca 1/3 garści (15g)

Alergeny:

Orzechy nerkowca (8)

► Kolacja

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

Indyk pieczony 1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Pieczenie z funkcją pary.

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

Mix tłuszczowy do smarowania Finuu 10ml

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

Salata 1/8 sztuki (15g)

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

Alergeny:

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



► Przekąska

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

Marchew 1 sztuka (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2211 kcal	Białko ogółem:	123.77 g
Tłuszcz:	62.37 g	Węglowodany ogółem:	307.27 g
Glukoza:	5.38 g	Fruktoza:	5.5 g
Sacharoza:	10.93 g	Laktoza:	29.48 g
Błonnik pokarmowy:	36.31 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.68 g
Sód:	2113.12 mg	Sól:	3.67 g



28.05.2026 (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.

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

Pomidor 1/2 sztuki (80g)

Papryka czerwona 1/5 sztuki (50g)

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

**Alergeny:**

Zacierka z mąki orkiszowej na mleku (1,3,7)
Serek wiejski (7)
Mix tłuszczowy do smarowania Finuu (7)
Chleb żytni wileński (1)
Chleb graham (1)

► Obiad**Kapuśniak**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie.

Pulpety w sosie koperkowym

1 porcja

- Jaja kurze, całe - 1/5 sztuki (10g)
- Bułka pszenna zwykła - 1/8 sztuki (8g)
- Cebula - 1/5 sztuki (20g)
- Koper ogrodowy - 1/2 łyżeczki (2g)
- Śmietana 12% tłuszczu - 1/4 łyżki (5g)
- Wieprzowina, schab surowy bez kości - 1/3 porcji (100g)
- Mąka pszenna pełnoziarnista - 2/3 łyżki (10g)

**Sposób przygotowania:**

Duszenie/gotowanie.

Ziemniaki, gotowane w wodzie

2 i 1/3 sztuki (200g)

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:****Kompot wieloowocowy**

1 porcja

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

**Sposób przygotowania:**

Gotowanie

Alergeny:

Kapuśniak (1,9,12)
Pulpety w sosie koperkowym (1,3,7)
Surówka z marchewki (7)



► Podwieczorek

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

Alergeny:

Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

Sałatka jarzynowa

1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Gotowanie.

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

Alergeny:

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

► Przekąska

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



Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2245 kcal	Białko ogółem:	119.23 g
Tłuszcz:	60.81 g	Węglowodany ogółem:	326.23 g
Glukoza:	12.93 g	Fruktoza:	19.15 g
Sacharoza:	18.32 g	Laktoza:	22.54 g
Błonnik pokarmowy:	44.78 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	18.73 g
Sód:	2413.81 mg	Sól:	4.6 g



29.05.2026 (piątek)

► 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 grecka

1 porcja

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



Sposób przygotowania:

Ser twarogowy, chudy

1/4 sztuki (50g)

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)

Rzodkiewka

3 i 1/3 sztuki (50g)

Herbata czarna, napar bez cukru

3/4 szklanki (200ml)

**Alergeny:**

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

► Obiad**Pomidorowa z ryżem**

1 porcja

- Koncentrat pomidorowy 30% - 1 i 1/3 łyżeczki (20g)
- Marchew - 2/3 sztuki (30g)
- Mleko spożywcze, 2% tłuszczu - 1/8 szklanki (15ml)
- Por - 1/7 sztuki (20g)
- Liść laurowy, suszony - 1/2 sztuki (1g)
- Ryż brązowy - 1/5 szklanki (40g)
- Seler korzeniowy - 1/8 sztuki (30g)
- Ziele angielskie - 1/3 łyżeczki (1g)
- 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.

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

Surówka z kapusty pekińskiej

1 porcja

- Szcypiorek - 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:**

Pomidorowa z ryżem (7,9)
Ryba pieczona (1,4)
Surówka z kapusty pekińskiej (7)

► Podwieczorek

Pomarańcza	1/2 sztuki (120g)
Orzechy laskowe	1/2 garści (15g)

Alergeny:

Orzechy laskowe (8)

► Kolacja

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

Alergeny:

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

► Przekąska

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



Pomidor koktajlowy

2 i 1/2 sztuki (50g)

Alergeny:

Mleko UHT, 1,5% tłuszczu (7)



Wartości odżywcze

Wartość energetyczna:	2095 kcal	Białko ogółem:	112.13 g
Tłuszcz:	70.56 g	Węglowodany ogółem:	271.14 g
Glukoza:	10.63 g	Fruktoza:	12.19 g
Sacharoza:	15.08 g	Laktoza:	24.8 g
Błonnik pokarmowy:	37.64 g	Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem:	17.95 g
Sód:	2230.1 mg	Sól:	4.75 g

środa (2026-05-20)	czwartek (2026-05-21)	piątek (2026-05-22)	sobota (2026-05-23)	niedziela (2026-05-24)	poniedziałek (2026-05-25)	wtorek (2026-05-26)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Płatki jęczmienne na mleku Indyk pieczony Jaja gotowane Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Kasza jaglana na mleku Pomidorowa pasta z tuńczyka Ser twarogowy, chudy Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Sałata z kapustą pekińską Szynka z piersi kurczaka Serek wiejski Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru	Owsianka na mleku Miód pszczeleli Indyk pieczony Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Pomidor Ogórek Mix sałat Herbata czarna, napar bez cukru	Jogurt naturalny, 2% tłuszczu Serek śmietankowy, naturalny Szynka z indyka Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Pomidor Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Płatki gryczane na mleku Sałata z soczewicy z warzywami Szynka z piersi kurczaka Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Ogórki konserwowe Herbata czarna, napar bez cukru	Kasza jaglana na mleku Schab pieczony Grani, twarożek Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru
Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
Krupnik Fasola w sosie pomidorowym Ziemniaki, gotowane w wodzie Bukiet warzyw, kwiatowy Hortex Woda	Brokułowa Wątróbka drobiowa z cebulką Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z selera i jabłka Woda	żurek Ryba w jarzynach Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z pora Kompot wieloowocowy	Zupa grysikowa z kaszą jaglaną Schab w warzywach Ziemniaki, gotowane w wodzie Sałata Woda	Rosół z makaronem Kurczak pieczony Ziemniaki, gotowane w wodzie Gotowana marchewka Kompot wieloowocowy	Selerowa z zacierką z mąki orkiszowej Gulasz z indyka Kasza gryczana Fasolka szparagowa, mrożona Kompot wieloowocowy	Pieczarkowa Gołąbki bez zawijania z kaszą Ziemniaki, gotowane w wodzie Mizeria Kompot wieloowocowy
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Jabłko Dyńa, pestki, łuskane	Gruszka Orzechy włoskie	Pomarańcza Orzechy nerkowca	Banan Orzechy włoskie	Dyńa, pestki, łuskane Sok pomidorowy	Jabłko Orzechy włoskie	Dyńa, pestki, łuskane Gruszka
Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
Grani, twarożek Szynka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Papryka czerwona Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru	Pomidory z jogurtem Ser mozzarella light Schab pieczony Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Pasta jajeczna z awokado Grani, twarożek Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Serek Kiri Połędwica sopocka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Drobiowo - jarzynowa pasta z kurczaka Serek wiejski Chleb żytni wileński Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Twarożek ze szczypiorkiem Połędwica sopocka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Pomidor Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru	Sałata z brokułem Szynka z piersi kurczaka Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Papryka czerwona Sałata Herbata czarna, napar bez cukru
Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy

środa (2026-05-27)	czwartek (2026-05-28)	piątek (2026-05-29)
Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
Płatki jęczmienne na mleku Ser twarogowy, chudy Koper, świeży Jaja gotowane Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Pomidor Ogórek Maślanka truskawkowa Herbata czarna, napar bez cukru	Zacierka z mąki orkiszowej na mleku Serek wiejski Indyk pieczony Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Pomidor Papryka czerwona Herbata czarna, napar bez cukru	Owsianka na mleku Sałatka grecka Ser twarogowy, chudy Szynka z indyka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Chleb graham Rzodkiewka Herbata czarna, napar bez cukru
Obiad	Obiad	Obiad
Zupa szpinakowa Potrawka z kurczaka Ryż brązowy Sałata Woda	Kapuśniak Pulpety w sosie koperkowym Ziemniaki, gotowane w wodzie Surówka z marchewki Kompot wieloowocowy	Pomidorowa z ryżem Ryba pieczona Ziemniaki, gotowane w wodzie Kompot wieloowocowy Surówka z kapusty pekińskiej
Podwieczorek	Podwieczorek	Podwieczorek
Sok warzywno-owocowy Orzechy nerkowca	Orzechy laskowe Jabłko	Pomarańcza Orzechy laskowe
Kolacja	Kolacja	Kolacja
Ser mozzarella light Indyk pieczony Chleb graham Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb żytni wileński Sałata Herbata czarna, napar bez cukru	Sałatka jarzynowa Szynka z piersi kurczaka Chleb graham Chleb żytni wileński Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Ogórek Herbata czarna, napar bez cukru	Grani, twarożek Szynka z piersi kurczaka Mix tłuszczowy do smarowania Finuu Chleb graham Chleb żytni wileński Ogórek Pomidor Herbata czarna, napar bez cukru
Przekąska	Przekąska	Przekąska
Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Marchew	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Rzodkiewka	Mleko UHT, 1,5% tłuszczu Pomidor koktajlowy