

	WTOREK 29.09.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Masło 13g MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 40g MLE Kurczak w galarecie 40g Pomidor 40g Rzodkiewka 20g Sałata 10g Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 40g MLE Szyńka drobiowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szyńka drobiowa 70g Pomidor 60g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Masło 13g MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 40g MLE Kurczak w galarecie 40g Pomidor 40g Rzodkiewka 20g Sałata 10g Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 40g MLE Szyńka drobiowa 40g Pomidor 40g Sałata 10g Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Masło 13g MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 40g MLE Kurczak w galarecie 40g Pomidor 40g Rzodkiewka 20g Sałata 10g Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (G)Bigos z kapusty mieszanej z kielbaską wieprzową 300g GLU (G)Ziemniaki 250g Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (G)Jajko w sosie koperkowym 150g GLU, MLE, JAJ (G)Ziemniaki 250g (G)Trio warzywne 150g Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (G)Kielbaska wieprzowa w sosie koperkowym 150g (niezaciągane, niezabielane) (G)Ziemniaki 250g (G)Marchew gotowana 150g Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (G)Jajko w sosie koperkowym 150g GLU, MLE, JAJ (G)Ziemniaki 250g (G)Gotowany kalafior z brokułem 150g Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 200ml SEL (G)Jajko w sosie koperkowym 75g GLU, MLE, JAJ (G)Ziemniaki 125g (G)Trio warzywne 150g Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (G)Bigos z kapusty mieszanej z kielbaską wieprzową 300g GLU (G)Ziemniaki 250g Kompot jabłkowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Herbata czarna, b/c 250 ml Masło 13g MLE Szyńka konserwowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli z cieciorą 140g MLE	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szyńka konserwowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli 120g MLE	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szyńka konserwowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli 120g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Herbata czarna, b/c 250 ml Masło 13g MLE Szyńka konserwowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli z cieciorą 140g MLE	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szyńka konserwowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli 120g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Herbata czarna, b/c 250 ml Masło 13g MLE Szyńka konserwowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli z cieciorą 140g MLE
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Serek kanapkowy 100g MLE		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 80g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Serek kanapkowy 100g MLE
POS. NOCNY 20:00-20:30	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Jabłko 90g	Banan 100g	Banan 100g
WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2282 Białko ogółem [g]: 90,60 Tłuszcz [g]: 93,38 NKT [g]: 40,47 Węglowodany ogółem [g]: 281,14 W tym cukry [g]: 67,96 Błonnik [g]: 31,26 Sód [mg]: 3701,30	Wartość energetyczna [kcal]: 2049 Białko ogółem [g]: 80,43 Tłuszcz [g]: 79,69 NKT [g]: 31,36 Węglowodany ogółem [g]: 265,41 W tym cukry [g]: 67,22 Błonnik [g]: 29,57 Sód [mg]: 2632,30	Wartość energetyczna [kcal]: 1927 Białko ogółem [g]: 80,78 Tłuszcz [g]: 58,45 NKT [g]: 27,08 Węglowodany ogółem [g]: 275,24 W tym cukry [g]: 83,39 Błonnik [g]: 27,91 Sód [mg]: 3049,48	Wartość energetyczna [kcal]: 2016 Białko ogółem [g]: 78,58 Tłuszcz [g]: 81,87 NKT [g]: 31,48 Węglowodany ogółem [g]: 252,22 W tym cukry [g]: 50,83 Błonnik [g]: 30,26 Sód [mg]: 2211,68	Wartość energetyczna [kcal]: 1677 Białko ogółem [g]: 72,40 Tłuszcz [g]: 60,65 NKT [g]: 28,58 Węglowodany ogółem [g]: 222,90 W tym cukry [g]: 50,94 Błonnik [g]: 23,88 Sód [mg]: 2461,64	Wartość energetyczna [kcal]: 2869 Białko ogółem [g]: 104,97 Tłuszcz [g]: 132,41 NKT [g]: 66,94 Węglowodany ogółem [g]: 325,65 W tym cukry [g]: 69,25 Błonnik [g]: 34,98 Sód [mg]: 4031,79

	ŚRODA 30.09.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem owocowy niskosłodzony 56g Twaróg 65g MLE Pomarańcza 90g Sok warzywny 330ml	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem owocowy niskosłodzony 56g Twaróg 65g MLE Pomarańcza 90g Sok warzywny 330ml	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Twaróg 65g MLE Jabłko 90g Sok warzywny 330ml	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Twaróg 65g MLE Pomarańcza 90g Sok warzywny 330ml	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem owocowy niskosłodzony 56g Twaróg 65g MLE Pomarańcza 90g Sok warzywny 330ml	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Dżem owocowy niskosłodzony 56g Twaróg 65g MLE Pomarańcza 90g Sok warzywny 330ml
OBIAD 12:00-12:30	(G)Rosół drobiowy z makaronem 400ml GLU, SEL (P)Udko pieczone 250g (G)Ziemniaki 300g Mizeria z ogórka świeżego 150g MLE Kompot owocowy 250ml	(G)Rosół drobiowy z makaronem 400ml GLU, SEL (G)Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 220g GLU (G)Ziemniaki 250g (G)Marchewka z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	(G)Rosół drobiowy z makaronem 400ml GLU, SEL (G)Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 220g (niezaciągane, niezabielane) (G)Ziemniaki 250g (G)Marchewka gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	(G)Rosół drobiowy z makaronem 400ml GLU, SEL (G)Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 220g GLU (G)Ziemniaki 250g Surówka z marchwi i jabłka 120g Kompot owocowy 250ml	(G)Rosół drobiowy z makaronem 200ml GLU, SEL (G)Gulasz z kurczaka w sosie pietruszkowym 110g GLU (G)Ziemniaki 125g (G)Marchewka z groszkiem 150g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	(G)Rosół drobiowy z makaronem 400ml GLU, SEL (P)Udko pieczone 250g (G)Ziemniaki 300g Mizeria z ogórka świeżego 150g MLE Kompot owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 70g Pomidor 50g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Sałata 10g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Jajko gotowane 50g JAJ		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Jajko gotowane 50g JAJ
POS. NOCNY 20:00-20:30	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g
WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2005 Białko ogółem [g]: 99,53 Tłuszcz [g]: 55,15 NKT [g]: 29,03 Węglowodany ogółem [g]: 286,45 W tym cukry [g]: 67,36 Błonnik [g]: 32,38 Sód [mg]: 2469,13	Wartość energetyczna [kcal]: 2080 Białko ogółem [g]: 99,94 Tłuszcz [g]: 64,03 NKT [g]: 29,68 Węglowodany ogółem [g]: 287,14 W tym cukry [g]: 69,24 Błonnik [g]: 32,56 Sód [mg]: 2594,45	Wartość energetyczna [kcal]: 1926 Białko ogółem [g]: 98,45 Tłuszcz [g]: 60,09 NKT [g]: 26,03 Węglowodany ogółem [g]: 258,83 W tym cukry [g]: 49,34 Błonnik [g]: 28,44 Sód [mg]: 2591,97	Wartość energetyczna [kcal]: 2040 Białko ogółem [g]: 105,97 Tłuszcz [g]: 68,72 NKT [g]: 30,85 Węglowodany ogółem [g]: 256,71 W tym cukry [g]: 49,14 Błonnik [g]: 29,83 Sód [mg]: 2721,37	Wartość energetyczna [kcal]: 1691 Białko ogółem [g]: 74,56 Tłuszcz [g]: 49,88 NKT [g]: 27,81 Węglowodany ogółem [g]: 247,65 W tym cukry [g]: 69,77 Błonnik [g]: 26,04 Sód [mg]: 1819,79	Wartość energetyczna [kcal]: 2390 Białko ogółem [g]: 112,85 Tłuszcz [g]: 73,03 NKT [g]: 38,00 Węglowodany ogółem [g]: 328,96 W tym cukry [g]: 68,65 Błonnik [g]: 36,10 Sód [mg]: 2870,12

	CZWARTEK 01.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Paprykarz rybny 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Ogórek kiszony 60g Papryka świeża 20g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Paprykarz rybny 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Ogórek kiszony 70g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 70g Pomidor 70g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Paprykarz rybny 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Ogórek kiszony 60g Papryka świeża 20g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Paprykarz rybny 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Ogórek kiszony 70g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka krakowska 40g Paprykarz rybny 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Ogórek kiszony 60g Papryka świeża 20g Sałata 10g Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem bolońskim 380g SEL, GLU Kompot owocowy b/c 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem bolońskim 380g SEL, GLU Kompot owocowy b/c 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Klops gotowany 90g GLU, JAJ Kompot owocowy b/c 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem bolońskim 380g SEL, GLU Kompot owocowy b/c 250ml	(G)Zupa krupnik 200ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem bolońskim 190g SEL, GLU Kompot owocowy b/c 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem bolońskim 380g SEL, GLU Kompot owocowy b/c 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Kurczak w galarecie 70g Pomidor 60g Sałata 10g Sesam 5g SEZ Cieciora 30g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 70g Pomidor 60g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 70g Pomidor 60g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Kurczak w galarecie 70g Pomidor 60g Sałata 10g Sesam 5g SEZ Cieciora 30g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 70g Pomidor 60g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Kurczak w galarecie 70g Pomidor 60g Sałata 10g Sesam 5g SEZ Cieciora 30g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Ser żółty 70g MLE		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Ser żółty 70g MLE
POS. NOCNY 20:00-20:30	Jabłko 90g	Jabłko 90g	Jabłko 90g	Jabłko 90g	Jabłko 90g	Jabłko 90g
WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2293 Białko ogółem [g]: 89,12 Tłuszcz [g]: 83,21 NKT [g]: 28,85 Węglowodany ogółem [g]: 296,20 W tym cukry [g]: 50,42 Błonnik [g]: 29,72 Sód [mg]: 2708,10	Wartość energetyczna [kcal]: 2269 Białko ogółem [g]: 92,42 Tłuszcz [g]: 81,98 NKT [g]: 29,47 Węglowodany ogółem [g]: 290,31 W tym cukry [g]: 49,36 Błonnik [g]: 27,26 Sód [mg]: 3500,06	Wartość energetyczna [kcal]: 1927 Białko ogółem [g]: 81,76 Tłuszcz [g]: 78,18 NKT [g]: 30,64 Węglowodany ogółem [g]: 224,31 W tym cukry [g]: 44,28 Błonnik [g]: 18,97 Sód [mg]: 2294,40	Wartość energetyczna [kcal]: 2293 Białko ogółem [g]: 89,12 Tłuszcz [g]: 83,21 NKT [g]: 28,85 Węglowodany ogółem [g]: 296,20 W tym cukry [g]: 50,42 Błonnik [g]: 29,72 Sód [mg]: 2708,10	Wartość energetyczna [kcal]: 1817 Białko ogółem [g]: 71,98 Tłuszcz [g]: 65,23 NKT [g]: 25,24 Węglowodany ogółem [g]: 235,31 W tym cukry [g]: 43,75 Błonnik [g]: 18,80 Sód [mg]: 3194,54	Wartość energetyczna [kcal]: 2831 Białko ogółem [g]: 115,72 Tłuszcz [g]: 112,27 NKT [g]: 45,90 Węglowodany ogółem [g]: 338,48 W tym cukry [g]: 51,78 Błonnik [g]: 33,44 Sód [mg]: 3667,19

	PIĄTEK 02.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 70g MLE Pomidor 50g Sałata 10g Banan 100g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 70g MLE Pomidor 50g Sałata 10g Banan 100g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka wieprzowa 70g Pomidor 50g Sałata 10g Banan 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 70g MLE Pomidor 50g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 70g MLE Pomidor 50g Sałata 10g Banan 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Ser żółty 70g MLE Pomidor 50g Sałata 10g Banan 100g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (P)Filet rybny panierowany 150g GLU, JAJ, RYB (G)Ziemniaki 250g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (G)Filet rybny gotowany w sosie koperkowym 220g SEL, GLU, RYB (G)Ziemniaki 250g (G)Marchew gotowana 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (G)Filet rybny gotowany w sosie koperkowym 220g SEL, RYB (niezaciągane, niezabielane) (G)Ziemniaki 250g (G)Marchew gotowana 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (G)Filet rybny gotowany w sosie koperkowym 220g SEL, GLU, RYB (G)Ziemniaki 250g Surówka z marchwi 120g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 200ml SEL (G)Filet rybny gotowany w sosie koperkowym 110g SEL, GLU, RYB (G)Ziemniaki 125g (G)Marchew gotowana 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (P)Filet rybny panierowany 150g GLU, JAJ, RYB (G)Ziemniaki 250g Surówka z kapusty kiszzonej 150g Sok owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Twaróg z ogórkiem świeżym 90g MLE Pomidor 40g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Twaróg z koperkiem 90g MLE Pomidor 40g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Twaróg z koperkiem 90g MLE Pomidor 40g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Twaróg z ogórkiem świeżym 90g MLE Pomidor 40g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250ml Twaróg z koperkiem 90g MLE Pomidor 40g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Twaróg z ogórkiem świeżym 90g MLE Pomidor 40g Sałata 10g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Szynka konserwowa 70g		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Szynka konserwowa 70g
POS. NOCNY 20:00-20:30	Galaretką owocową 250ml GLU, MLE, JAJ	Galaretką owocową 250ml GLU, MLE, JAJ	Galaretką owocową 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Galaretką owocową 250ml GLU, MLE, JAJ	Galaretką owocową 250ml GLU, MLE, JAJ
WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2146 Białko ogółem [g]: 103,36 Tłuszcz [g]: 71,06 NKT [g]: 33,12 Węglowodany ogółem [g]: 282,91 W tym cukry [g]: 49,5 Błonnik [g]: 27,95 Sód [mg]: 2363,08	Wartość energetyczna [kcal]: 2055 Białko ogółem [g]: 101,13 Tłuszcz [g]: 75,35 NKT [g]: 34,07 Węglowodany ogółem [g]: 255,68 W tym cukry [g]: 51,67 Błonnik [g]: 29,33 Sód [mg]: 2086,78	Wartość energetyczna [kcal]: 1902 Białko ogółem [g]: 92,92 Tłuszcz [g]: 59,12 NKT [g]: 25,96 Węglowodany ogółem [g]: 264,38 W tym cukry [g]: 53,35 Błonnik [g]: 28,12 Sód [mg]: 1898,41	Wartość energetyczna [kcal]: 2075 Białko ogółem [g]: 100,49 Tłuszcz [g]: 71,60 NKT [g]: 33,73 Węglowodany ogółem [g]: 267,88 W tym cukry [g]: 59,53 Błonnik [g]: 29,59 Sód [mg]: 2013,95	Wartość energetyczna [kcal]: 1622 Białko ogółem [g]: 76,96 Tłuszcz [g]: 55,60 NKT [g]: 31,80 Węglowodany ogółem [g]: 215,32 W tym cukry [g]: 45,1 Błonnik [g]: 22,41 Sód [mg]: 1795,23	Wartość energetyczna [kcal]: 2628 Białko ogółem [g]: 121,67 Tłuszcz [g]: 97,27 NKT [g]: 44,99 Węglowodany ogółem [g]: 325,30 W tym cukry [g]: 50,79 Błonnik [g]: 31,67 Sód [mg]: 3589,57

	SOBOTA 03.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kakao 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10 g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kakao 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kakao 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kakao 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10 g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kakao 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kakao 250ml GLU, MLE Kasza manna na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10 g Jabłko 90g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa grochowa z kielbasą wieprzową 400ml SEL (G)Budyń waniliowy z mussem owocowym 300g GLU, MLE Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ziemniaczana z kielbasą wieprzową 400ml SEL, GLU, MLE (G)Budyń waniliowy z mussem owocowym 300g GLU, MLE Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ziemniaczana z kielbasą wieprzową 400ml SEL (niezaciągane, niezabielane) (G)Budyń waniliowy z mussem owocowym 300g GLU, MLE Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ziemniaczana z kielbasą wieprzową 400ml SEL, GLU, MLE (G)Budyń waniliowy z mussem owocowym 300g GLU, MLE Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa ziemniaczana z kielbasą wieprzową 200ml SEL, GLU, MLE (G)Budyń waniliowy z mussem owocowym 150g GLU, MLE Kompot jabłkowy 250ml	(G)Zupa grochowa z kielbasą wieprzową 400ml SEL (G)Budyń waniliowy z mussem owocowym 300g GLU, MLE Kompot jabłkowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka konserwowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Sałatka rybna z warzywami 67g RYB, GLU, SEL, SOJ, SEZ, MLE, JAJ, GOR, SKR		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Sałatka rybna z warzywami 67g RYB, GLU, SEL, SOJ, SEZ, MLE, JAJ, GOR, SKR
POS. NOCNY 20:00-20:30	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ
WARTOŚCI DZIEENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2285 Białko ogółem [g]: 104,79 Tłuszcz [g]: 88,57 NKT [g]: 40,14 Węglowodany ogółem [g]: 275,18 W tym cukry [g]: 82,56 Błonnik [g]: 26,06 Sód [mg]: 3176,25	Wartość energetyczna [kcal]: 2135 Białko ogółem [g]: 91,97 Tłuszcz [g]: 81,54 NKT [g]: 40,76 Węglowodany ogółem [g]: 266,53 W tym cukry [g]: 83,86 Błonnik [g]: 20,90 Sód [mg]: 2966,59	Wartość energetyczna [kcal]: 2115 Białko ogółem [g]: 83,33 Tłuszcz [g]: 75,91 NKT [g]: 37,01 Węglowodany ogółem [g]: 274,77 W tym cukry [g]: 98,22 Błonnik [g]: 18,82 Sód [mg]: 3027,87	Wartość energetyczna [kcal]: 2159 Białko ogółem [g]: 92,01 Tłuszcz [g]: 82,76 NKT [g]: 40,80 Węglowodany ogółem [g]: 267,89 W tym cukry [g]: 83,38 Błonnik [g]: 21,32 Sód [mg]: 2845,27	Wartość energetyczna [kcal]: 1827 Białko ogółem [g]: 76,44 Tłuszcz [g]: 72,96 NKT [g]: 36,82 Węglowodany ogółem [g]: 225,34 W tym cukry [g]: 67,12 Błonnik [g]: 17,20 Sód [mg]: 2627,94	Wartość energetyczna [kcal]: 2727 Białko ogółem [g]: 115,88 Tłuszcz [g]: 110,31 NKT [g]: 49,02 Węglowodany ogółem [g]: 323,22 W tym cukry [g]: 83,85 Błonnik [g]: 29,78 Sód [mg]: 3506,74

	NIEDZIELA 04.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 70g Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 70g Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Szyńka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 70g Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 70g Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pieczeń z indyka 70g Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Kasza manna na wywarze 400ml SEL, GLU (P)Klops wieprzowy pieczony 90g (G)Ziemniaki 250g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Kasza manna na wywarze 400ml SEL, GLU (G)Klops wieprzowy w sosie koperkowym 200g MLE, JAJ (G)Ziemniaki 250g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Kasza manna na wywarze 400ml SEL, GLU (G)Klops wieprzowy w sosie koperkowym 200g JAJ (niezaciągane, niezabielane) (G)Ziemniaki 250g (G) Marchew gotowana 150g Sok owocowy 250ml	(G)Kasza manna na wywarze 400ml SEL, GLU (G)Klops wieprzowy w sosie koperkowym 200g MLE, JAJ (G)Ziemniaki 250g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Kasza manna na wywarze 200ml SEL, GLU (G)Klops wieprzowy w sosie koperkowym 100g MLE, JAJ (G)Ziemniaki 125g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Kasza manna na wywarze 400ml SEL, GLU (P)Klops wieprzowy pieczony 90g (G)Ziemniaki 250g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Sałatka śledziowa 120g RYB Szyńka konserwowa 40g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Paprykarz 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Szyńka konserwowa 40g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szyńka konserwowa 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Sałatka śledziowa 120g RYB Szyńka konserwowa 40g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Paprykarz 67g SEL, SOJ, GLU, MLE, JAJ, GOR, SEZ, RYB Szyńka konserwowa 40g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Sałatka śledziowa 120g RYB Szyńka konserwowa 40g Sałata 10g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Ser żółty 70g MLE		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Ser żółty 70g MLE
POS. NOCNY 20:00-20:30	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g	Mus owocowy 100g
WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2197 Białko ogółem [g]: 85,81 Tłuszcz [g]: 96,30 NKT [g]: 31,60 Węglowodany ogółem [g]: 251,55 W tym cukry [g]: 34,89 Błonnik [g]: 25,01 Sód [mg]: 3125,57	Wartość energetyczna [kcal]: 2054 Białko ogółem [g]: 83,63 Tłuszcz [g]: 79,25 NKT [g]: 31,05 Węglowodany ogółem [g]: 258,93 W tym cukry [g]: 36,15 Błonnik [g]: 26,70 Sód [mg]: 3279,81	Wartość energetyczna [kcal]: 1961 Białko ogółem [g]: 79,20 Tłuszcz [g]: 73,33 NKT [g]: 32,46 Węglowodany ogółem [g]: 257,72 W tym cukry [g]: 39,09 Błonnik [g]: 28,49 Sód [mg]: 2698,30	Wartość energetyczna [kcal]: 2193 Białko ogółem [g]: 90,40 Tłuszcz [g]: 91,24 NKT [g]: 32,96 Węglowodany ogółem [g]: 258,32 W tym cukry [g]: 37,78 Błonnik [g]: 27,58 Sód [mg]: 3194,44	Wartość energetyczna [kcal]: 1708 Białko ogółem [g]: 64,84 Tłuszcz [g]: 65,81 NKT [g]: 26,30 Węglowodany ogółem [g]: 220,99 W tym cukry [g]: 32,28 Błonnik [g]: 20,15 Sód [mg]: 3035,23	Wartość energetyczna [kcal]: 2735 Białko ogółem [g]: 112,41 Tłuszcz [g]: 125,36 NKT [g]: 48,65 Węglowodany ogółem [g]: 293,83 W tym cukry [g]: 36,25 Błonnik [g]: 28,73 Sód [mg]: 4084,66

	PONIEDZIAŁEK 05.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Pasta z makreli wędzonej 90g RYB, JAJ Szynka drobiowa 40g Papryka świeża 30g Ogórek świeży 30g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Twaróg 65g MLE Szynka drobiowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Twaróg 65g MLE Szynka drobiowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Pasta z makreli wędzonej 90g RYB, JAJ Szynka drobiowa 40g Papryka świeża 30g Ogórek świeży 30g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Twaróg 65g MLE Szynka drobiowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Kasza jęczmienna na mleku 300ml GLU, MLE Pasta z makreli wędzonej 90g RYB, JAJ Szynka drobiowa 40g Papryka świeża 30g Ogórek świeży 30g Sałata 10g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa marchwianka z ziemniakami 400ml SEL (S)Naleśniki z pastą twarogową 330g GLU, MLE, JAJ Sok owocowy 250ml	(G)Zupa marchwianka z ziemniakami 400ml SEL (S)Naleśniki z pastą twarogową 330g GLU, MLE, JAJ Sok owocowy 250ml	(G)Zupa marchwianka z ziemniakami 400ml SEL (G)Ryż na gęsto z tartym jabłkiem 400g MLE Sok owocowy 250ml	(G)Zupa marchwianka z ziemniakami 400ml SEL (G)Ryż na gęsto z tartym jabłkiem 400g MLE Sok owocowy 250ml	(G)Zupa marchwianka z ziemniakami 200ml SEL (G)Ryż na gęsto z tartym jabłkiem 200g MLE Sok owocowy 250ml	(G)Zupa marchwianka z ziemniakami 400ml SEL (S)Naleśniki z pastą twarogową 330g GLU, MLE, JAJ Sok owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Jajko gotowane 50g JAJ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Jajko gotowane 50g JAJ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Jajko gotowane 50g JAJ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenney 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Jajko gotowane 50g JAJ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Jajko gotowane 50g JAJ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 70g Sałata 10g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Ser żółty 70g MLE		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Ser żółty 70g MLE
POS. NOCNY 20:00-20:30	Jabłko 90g	Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Jabłko 90g
WARTOŚCI DZIENNE	Wartość energetyczna [kcal]: 2089 Białko ogółem [g]: 97,43 Tłuszcz [g]: 66,88 NKT [g]: 30,54 Węglowodany ogółem [g]: 283,44 W tym cukry [g]: 42,1 Błonnik [g]: 23,58 Sód [mg]: 2284,98	Wartość energetyczna [kcal]: 2026 Białko ogółem [g]: 72,61 Tłuszcz [g]: 84,86 NKT [g]: 30,48 Węglowodany ogółem [g]: 252,93 W tym cukry [g]: 67,76 Błonnik [g]: 22,69 Sód [mg]: 1909,77	Wartość energetyczna [kcal]: 1984 Białko ogółem [g]: 72,99 Tłuszcz [g]: 64,75 NKT [g]: 28,88 Węglowodany ogółem [g]: 280,97 W tym cukry [g]: 81,34 Błonnik [g]: 21,39 Sód [mg]: 2096,55	Wartość energetyczna [kcal]: 2052 Białko ogółem [g]: 77,07 Tłuszcz [g]: 74,47 NKT [g]: 29,09 Węglowodany ogółem [g]: 278,19 W tym cukry [g]: 68,84 Błonnik [g]: 24,88 Sód [mg]: 2274,30	Wartość energetyczna [kcal]: 1604 Białko ogółem [g]: 63,96 Tłuszcz [g]: 53,62 NKT [g]: 26,49 Węglowodany ogółem [g]: 227,41 W tym cukry [g]: 48,06 Błonnik [g]: 18,14 Sód [mg]: 1700,87	Wartość energetyczna [kcal]: 2627 Białko ogółem [g]: 124,03 Tłuszcz [g]: 95,94 NKT [g]: 47,59 Węglowodany ogółem [g]: 325,72 W tym cukry [g]: 43,46 Błonnik [g]: 27,30 Sód [mg]: 3244,07

	WTOREK 06.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 60g Ogórek 30g Sałata 10g Banan 100g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Banan 100g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Banan 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 60g Ogórek 30g Sałata 10g Kiwi 80g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Banan 100g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Płatki owsiane na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 60g Ogórek 30g Sałata 10g Banan 100g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa kaszka manna na wywarze 400ml GLU, SEL (G)Fasolka po bretońsku 300g GLU (G)Ziemniaki 250g Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem serowym z filetem i brokułem 400g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z filetem i brokułem 400g GLU (niezaciągane, niezabielane) Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa krupnik 400ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem serowym z filetem i brokułem 400g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa krupnik 200ml SEL, GLU (G)Makaron z sosem serowym z filetem i brokułem 200g GLU, MLE Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa kaszka manna na wywarze 400ml GLU, SEL (G)Fasolka po bretońsku 300g GLU (G)Ziemniaki 250g Kompot owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g Sesam 2g SEZ	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka krakowska 70g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g Sesam 2g SEZ	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g Sesam 2g SEZ
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Jajko gotowane 50g JAJ		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Jajko gotowane 50g JAJ
POS. NOCNY 20:00-20:30	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy b/c 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ	Kisiel owocowy 250ml GLU, MLE, JAJ
WARTOŚCI DZienne	Wartość energetyczna [kcal]: 2303 Białko ogółem [g]: 112,07 Tłuszcz [g]: 75,84 NKT [g]: 31,44 Węglowodany ogółem [g]: 303,36 W tym cukry [g]: 55,35 Błonnik [g]: 39,45 Sód [g]: 3272,11	Wartość energetyczna [kcal]: 2077 Białko ogółem [g]: 93,80 Tłuszcz [g]: 77,92 NKT [g]: 33,71 Węglowodany ogółem [g]: 257,70 W tym cukry [g]: 52,54 Błonnik [g]: 24,87 Sód [g]: 3193,12	Wartość energetyczna [kcal]: 1961 Białko ogółem [g]: 90,51 Tłuszcz [g]: 70,11 NKT [g]: 27,20 Węglowodany ogółem [g]: 251,78 W tym cukry [g]: 46,85 Błonnik [g]: 23,68 Sód [mg]: 2821,70	Wartość energetyczna [kcal]: 2086 Białko ogółem [g]: 94,16 Tłuszcz [g]: 80,28 NKT [g]: 33,83 Węglowodany ogółem [g]: 252,52 W tym cukry [g]: 46,32 Błonnik [g]: 25,42 Sód [g]: 3074,36	Wartość energetyczna [kcal]: 1658 Białko ogółem [g]: 71,64 Tłuszcz [g]: 60,66 NKT [g]: 30,36 Węglowodany ogółem [g]: 214,44 W tym cukry [g]: 49,33 Błonnik [g]: 18,36 Sód [g]: 2675,99	Wartość energetyczna [kcal]: 2688 Białko ogółem [g]: 125,39 Tłuszcz [g]: 93,72 NKT [g]: 40,41 Węglowodany ogółem [g]: 345,87 W tym cukry [g]: 56,64 Błonnik [g]: 43,17 Sód [g]: 3673,10

	ŚRODA 07.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Kurczak w galarecie 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Ogórek 30g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Kurczak w galarecie 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Ogórek 30g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Szynka drobiowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g Pomarańcza 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Zacierka na mleku 300ml GLU, MLE Kurczak w galarecie 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Ogórek 30g Sałata 10g Pomarańcza 90g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (P)Kotlet schabowy pieczony 120g (G)Ziemniaki 250g (G)Kapusta czerwona gotowana 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (D)Gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym 250g GLU, MLE (G)Ziemniaki 250g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa ryżowa 400ml SEL (D)Gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym 250g (niezaciągane, niezabielane) (G)Ziemniaki 250g (G) Marchew gotowana 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (D)Gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym 250g GLU, MLE (G)Ziemniaki 250g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 200ml SEL (D)Gulasz wieprzowy w sosie pietruszkowym 125g GLU, MLE (G)Ziemniaki 125g Sałatka z ogórka kiszzonego 150g Sok owocowy 250ml	(G)Zupa pomidorowa z ryżem 400ml SEL (P)Kotlet schabowy pieczony 120g (G)Ziemniaki 250g (G)Kapusta czerwona gotowana 150g Sok owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka wieprzowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli z cieciorą 140g MLE	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli 120g MLE	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli 120g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka wieprzowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli z cieciorą 140g MLE	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka wieprzowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli 120g MLE	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Szynka wieprzowa 50g Sałatka z buraczka na rukoli z cieciorą 140g MLE
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Serek kanapkowy 100g MLE		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Serek kanapkowy 100g MLE
POS. NOCNY 20:00-20:30	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciastka waniliowe b/c 40g GLU, MLE, JAJ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ	Ciasteczka zbożowe bez cukru 30g GLU, MLE, SOJ, ORZ
WARTOŚCI DZienne	Wartość energetyczna [kcal]: 2283 Białko ogółem [g]: 98,80 Tłuszcz [g]: 76,29 NKT [g]: 29,40 Węglowodany ogółem [g]: 311,52 W tym cukry [g]: 45,57 Błonnik [g]: 29,71 Sód [g]: 2708,74	Wartość energetyczna [kcal]: 2087 Białko ogółem [g]: 106,37 Tłuszcz [g]: 66,26 NKT [g]: 30,05 Węglowodany ogółem [g]: 279,05 W tym cukry [g]: 48,56 Błonnik [g]: 27,70 Sód [g]: 2952,45	Wartość energetyczna [kcal]: 1968 Białko ogółem [g]: 95,95 Tłuszcz [g]: 51,23 NKT [g]: 24,48 Węglowodany ogółem [g]: 287,31 W tym cukry [g]: 59,99 Błonnik [g]: 28,46 Sód [mg]: 2302,64	Wartość energetyczna [kcal]: 2136 Białko ogółem [g]: 104,86 Tłuszcz [g]: 68,64 NKT [g]: 30,31 Węglowodany ogółem [g]: 286,07 W tym cukry [g]: 48,4 Błonnik [g]: 29,65 Sód [g]: 2569,28	Wartość energetyczna [kcal]: 1806 Białko ogółem [g]: 83,49 Tłuszcz [g]: 60,95 NKT [g]: 28,14 Węglowodany ogółem [g]: 242,97 W tym cukry [g]: 42,09 Błonnik [g]: 21,33 Sód [g]: 2733,58	Wartość energetyczna [kcal]: 2870 Białko ogółem [g]: 113,17 Tłuszcz [g]: 115,32 NKT [g]: 55,87 Węglowodany ogółem [g]: 356,03 W tym cukry [g]: 46,86 Błonnik [g]: 33,43 Sód [g]: 3039,23

	CZWARTEK 08.10.2026					
	PODSTAWOWA	ŁATWOSTRAWNA	ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU	Z OGRAN. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW	DZIECI 4-9 LAT	KOBIETY W III TRYMESTRZE CIĄŻY
ŚNIADANIE 8:00-8:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pasta z ciecierzycy 90g SEZ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 40g Rzodkiewka 10g Ogórek 20g Papryka 20g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Twaróg 65g MLE Szynka wieprzowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Twaróg 65g MLE Szynka wieprzowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pasta z ciecierzycy 90g SEZ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 40g Rzodkiewka 10g Ogórek 20g Papryka 20g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Twaróg 65g MLE Szynka wieprzowa 40g Pomidor 60g Sałata 10g Jabłko 90g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Kawa zbożowa 250ml GLU, MLE Ryż na mleku 300ml MLE Pasta z ciecierzycy 90g SEZ Szynka wieprzowa 40g Pomidor 40g Rzodkiewka 10g Ogórek 20g Papryka 20g Sałata 10g Jabłko 90g
OBIAD 12:00-12:30	(G)Zupa warzywna 400ml SEL, GLU (G)Jajko w sosie musztardowym 150g GLU, JAJ, GOR (G)Ziemniaki 250g Surówka z marchwi i jabłka 120g Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa warzywna 400ml SEL, GLU (G)Jajko w sosie koperkowym 150g SEL, GLU, JAJ (G)Ziemniaki 250g Surówka z marchwi i jabłka 120g Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa warzywna 400ml SEL, GLU (G)Kielbaska wieprzowa w sosie koperkowym 180g SEL (niezaciągane, niezabielane) (G)Ziemniaki 250g (G) Marchew gotowana 150g Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa warzywna 400ml SEL, GLU (G)Jajko w sosie koperkowym 150g SEL, GLU, JAJ (G)Ziemniaki 250g Surówka z marchwi i jabłka 120g Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa warzywna 200ml SEL, GLU (G)Jajko w sosie koperkowym 75g SEL, GLU, JAJ (G)Ziemniaki 125g Surówka z marchwi i jabłka 120g Kompot owocowy 250ml	(G)Zupa warzywna 400ml SEL, GLU (G)Jajko w sosie musztardowym 150g GLU, JAJ, GOR (G)Ziemniaki 250g Surówka z marchwi i jabłka 120g Kompot owocowy 250ml
KOLACJA 16:00-16:30	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLUU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Ogórek 30g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Szynka drobiowa 70g Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLUU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Ogórek 30g Sałata 10g	Chleb pszenny 48g GLU Chleb żytni 28g GLU Masło 13g MLE Herbata czarna b/c 250ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 70g Sałata 10g	Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLUU Masło 13g MLE Herbata czarna, b/c 250 ml Pieczeń wieprzowa 40g Ser żółty 40g MLE Pomidor 50g Ogórek 30g Sałata 10g
II KOL				Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Szynka drobiowa 70g		Chleb razowy 35g GLU Chleb żytni 54g GLU Masło 13g MLE Pomidor 40g Sałata 10g Szynka drobiowa 70g
POS. NOCNY 20:00-20:30	Jogurt naturalny b/c 180g MLE	Jogurt naturalny b/c 180g MLE	Jogurt naturalny b/c 180g MLE	Jogurt naturalny b/c 180g MLE	Jogurt naturalny b/c 180g MLE	Jogurt naturalny b/c 180g MLE
WARTOŚCI DZienne	Wartość energetyczna [kcal]: 2061 Białko ogółem [g]: 85,38 Tłuszcz [g]: 84,98 NKT [g]: 35,96 Węglowodany ogółem [g]: 247,37 W tym cukry [g]: 35,99 Błonnik [g]: 30,17 Sód [g]: 2414,18	Wartość energetyczna [kcal]: 2047 Białko ogółem [g]: 87,98 Tłuszcz [g]: 90,31 NKT [g]: 34,32 Węglowodany ogółem [g]: 231,69 W tym cukry [g]: 43,12 Błonnik [g]: 27,63 Sód [g]: 2417,58	Wartość energetyczna [kcal]: 1957 Białko ogółem [g]: 96,42 Tłuszcz [g]: 66,08 NKT [g]: 27,73 Węglowodany ogółem [g]: 258,83 W tym cukry [g]: 44,08 Błonnik [g]: 28,57 Sód [mg]: 2717,01	Wartość energetyczna [kcal]: 2056 Białko ogółem [g]: 84,69 Tłuszcz [g]: 85,19 NKT [g]: 36,66 Węglowodany ogółem [g]: 247,59 W tym cukry [g]: 42,2 Błonnik [g]: 32,83 Sód [g]: 2296,76	Wartość energetyczna [kcal]: 1678 Białko ogółem [g]: 78,61 Tłuszcz [g]: 65,68 NKT [g]: 32,51 Węglowodany ogółem [g]: 204,28 W tym cukry [g]: 40,53 Błonnik [g]: 22,11 Sód [g]: 2264,26	Wartość energetyczna [kcal]: 2462 Białko ogółem [g]: 105,19 Tłuszcz [g]: 101,93 NKT [g]: 44,54 Węglowodany ogółem [g]: 289,58 W tym cukry [g]: 37,28 Błonnik [g]: 33,89 Sód [g]: 3302,57