

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-06 piątek	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) pasta hummus z docięzycy i papryki pieczonej 80 g (SOJ, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g kasza jaglana na mleku 200 ml (MLE,)		zupa pieczarkowa z l.c. 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz smażony 140 g (JAJ, GLU,) ziemniaki gotowane 250 g surówka z kiszzonej kapusty 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) sałatka ryżowa z fi.dr.kurczaka, kuk.gr. papr.og.kons maj 150 g (JAJ, GOR, SEL,) sałatka z roszponki 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z serem 100 g
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g		zupa koperkowa z l.c. 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz pieczona 140 g (SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z serem 100 g
	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g jabłko 250 g		zupa koperkowa z l.c. 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz pieczona 140 g (SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałatka z roszponki 20 g kasza manna na mleku 300 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z serem 100 g
	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z koperkiem 70 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g	kasza kukurydziana z dżemem truskawk. 200 ml (MLE,)	zupa koperkowa z l.c. 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz pieczona 140 g (SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	jabłko gotowane 250 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałatka z roszponki 20 g kasza manna na mleku 200 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z serem 100 g

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-06 piątek	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) pasta hummus z decierzycy i papryki pieczonej 80 g (<i>SOJ, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,</i>) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g	zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą/fas. szp. bruks. kal./ 350 ml (<i>MLE, SEL,</i>)	zupa pieczarkowa z l.c. 350 ml (<i>JAJ, MLE, GLU, SEL,</i>) ryba dorsz pieczona 140 g (<i>SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,</i>) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (<i>MLE, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 200 g surówka z kiszzonej kapusty 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	jabłko 250 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 50 g sałatka z roszponki 20 g	chleb żytni razowy 40 g (<i>GLU,</i>) masło 5 g (<i>MLE,</i>) ser żółty 30 g (<i>MLE,</i>) sałata zielona 5 g
	łatwo strawna małego dziecka	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna kajzerka 50 g masło 5 g (<i>MLE,</i>) pasta z sera białego z koperkiem 50 g (<i>MLE,</i>) sałatka z roszponki 10 g kasza jaglana na mleku 150 ml (<i>MLE,</i>)	kasza kukurydziana z dżemem truskawk. 150 ml (<i>MLE,</i>)	zupa koperkowa z l.c 150 ml (<i>JAJ, MLE, GLU, SEL,</i>) mięso drobiowe w jarzynie 80 g (<i>MLE, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 100 g surówka z marchewki i jabłka 70 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 150 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 5 g (<i>MLE,</i>) Szynka z indyka N.Maxpol /bezgl/ 40 g sałatka z roszponki 10 g kasza manna na mleku 150 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	drożdżówka z serem 50 g
2026-03-07 sobota	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) kieb. krak.drob. /NMaxpol/ 30 g (<i>GOR,</i>) sałatka z rzodkiewki i zielonego ogórka z dż. z ol. 80 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<i>MLE,</i>)		zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpeciki wieprzowe 2szt /gotow./ 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pęczak got. 210 g ćwikła z chrzanem 150 g (<i>SO2,</i>) kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata zielona b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 30 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g	jogurt owocowy 150 g (<i>MLE,</i>)
	łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) kieb. krak.drob. /NMaxpol/ 30 g (<i>GOR,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) sałata zielona 20 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<i>MLE,</i>)		zupa ziemniaczana dietet. 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpeciki wieprzowe 2szt /gotow./ 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) kasza jęczmienna got.z warzyw. 210 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) buraczki gotowane 150 g (<i>GLU,</i>) kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 30 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g	jogurt owocowy 150 g (<i>MLE,</i>)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g kieb. krak.drob. /NMaxpol/ 50 g (GOR,) sałata zielona 20 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE,)		zupa ziemniaczana dietet. 350 ml (MLE, GLU, SEL,) pulpeciki wieprzowe 2szt /gotow./ 100 g (JAJ, GLU,) sos koperkowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) kasza jęczmienna got.z warz.yw. 210 g (MLE, GLU, SEL,) buraczki gotowane 150 g (GLU,) kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g pasta z sera białego z ziel. pietruszką 60 g (MLE,) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 30 g (SQJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g makaron na mleku 350 ml (MLE, GLU,)	jogurt owocowy 150 g (MLE,)
z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) kieb. krak.drob. /NMaxpol/ 50 g (GOR,) sałata zielona 20 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (MLE,)	płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU,)	zupa ziemniaczana dietet. 300 ml (MLE, GLU, SEL,) pulpeciki wieprzowe 2szt /gotow./ 100 g (JAJ, GLU,) sos koperkowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) kasza jęczmienna got.z warz.yw. 180 g (MLE, GLU, SEL,) buraczki gotowane 150 g (GLU,) kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	kisiel 250 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 60 g (MLE,) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 30 g (SQJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g	jogurt owocowy 150 g (MLE,)
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) jajko na pół-miękko 70 g (JAJ,) kieb. krak.drob. /NMaxpol/ 30 g (GOR,) sałatka z rzodkiewki i zielonego ogórka z koperkiem 80 g	płatki owsiane z ml. 250 ml (MLE, GLU,)	zupa brokułowa z ziemniakami 350 ml (MLE, GLU, SEL,) pulpeciki wieprzowe 2szt /gotow./ 100 g (JAJ, GLU,) sos koperkowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) pęczak got. 200 g sałata zielona z kefirem 70 g (MLE,) kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	jabłko 200 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 30 g (SQJ, GOR, GLU,) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 60 g (MLE,) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g	jogurt naturalny 160 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-07 sobota	Łatwo strawna małego dziecka	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna weka . 50 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) kiełb. krak.drob. /N.Maxpol/ 30 g (<i>GOR,</i>) sałata zielona 10 g	płatki ows. na mleku z rodzynkami 150 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	zupa ziemniaczana dietet. 150 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpeciki wieprzowe 2szt /gotow./ 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 20 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) kasza jęczmienna got.z warz.yw. 100 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) buraczki gotowane 70 g (<i>GLU,</i>) kompot borówkowo-truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	kisiel 150 g	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna weka . 50 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (<i>SOJ, GÓR, GLU,</i>) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 40 g (<i>MLE,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 40 g makaron na mleku 150 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt owocowy 150 g (<i>MLE,</i>)
	Podstawowa	kakao 250 ml (<i>SOJ, MLE, GLU,</i>) chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) miód naturalny 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g kasza manna na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU,</i>)		zupa ogórkowa z ryżem 350 ml (<i>MLE, SEL,</i>) gulasz wieprzowy 110 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g surówka z selera,jabłka z majonezem 150 g (<i>JAJ, GOR, SEL,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) pasta z jajka 1 1/2sztz jog. nat 100 g (<i>JAJ, MLE,</i>) sałata zielona 20 g	jogurt z brzoskwiniami 120 g
	Łatwo strawna	kakao 250 ml (<i>SOJ, MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) miód naturalny 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 300 ml (<i>MLE, GLU,</i>)		zupa ryżowa diet. 350 ml (<i>MLE, SEL,</i>) gulasz wieprzowy 110 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) poledwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g kasza jęczmienna na mleku 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt z brzoskwiniami 120 g
2026-03-08 niedziela	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g miód naturalny 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU,</i>)		zupa ryżowa diet. 350 ml (<i>MLE, SEL,</i>) gulasz wieprzowy 110 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g poledwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g jabłko 250 g kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt z brzoskwiniami 120 g

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kakao 250 ml (SOJ, MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) miód naturalny 25 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 200 ml (MLE, GLU,)	budyń 250 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa ryżowa diet. 350 ml (MLE, SEL,) gulasz wieprzowy 110 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 200 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 20 g	jogurt z brzoskwiniami 120 g
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) ser żółty 30 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z papryki świeżej i koperku 50 g	zupa jarzynowa z makar. diet. (klar.)/march.sel.pietr./ 350 ml (MLE, GLU, SEL,)	zupa ogórkowa z ryżem 350 ml (MLE, SEL,) gulasz wieprzowy 110 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera jabłka z jog.natur. 150 g (MLE, SEL,) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml	jabłko 250 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) pasta z jajka 1 1/2sztz jog. nat 100 g (JAJ, MLE,) sałata zielona 20 g	kefir 220 g (MLE,)
Łatwo strawna małego dziecka	kakao 150 ml (SOJ, MLE, GLU,) bułka pszenna weka 40 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 40 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z pomidora bez skórki 40 g kasza manna na mleku 150 ml (MLE, GLU,)	budyń czekoladowy 150 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa ryżowa diet. 150 ml (MLE, SEL,) gulasz wieprzowy 80 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 80 g surówka z marchewki i jabłka 70 g kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 150 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata b/c 150 ml bułka pszenna weka . 60 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałata zielona 10 g kasza jęczmienna na mleku 150 ml (MLE, GLU,)	jogurt z brzoskwiniami 120 g

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-09 poniedziałek	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) pasta z sera białego i ryby /makrela/ 90 g (MLE,) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z l.c 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) kolekt mielony wieprz. 110 g (JAJ, GLU,) ziemniaki gotowane 250 g sur. z kapusty białej z majonezem /drobno starta/ 150 g (JAJ, GOR,) kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 60 g (GLU,) chleb żytni razowy 50 g (GLU,) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 30 g (SQ, GOR, GLU,) sałatka jarzynowa z majonezem 150 g (JAJ, GOR, SEL,) sałatka z roszponki 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z l.c 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) mięso mielone wieprzowe 100 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 50 g (SQ, GOR, GLU,) sałatka z roszponki 20 g ryż na mleku 200 ml (MLE,)	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)
	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 350 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z l.c 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) mięso mielone wieprzowe 100 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g szynka gotow. wp./NMaxpol/ 50 g (SQ, GOR, GLU,) sałatka z roszponki 20 g ryż na mleku 300 ml (MLE,)	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)
	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z koperkiem 80 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU,)	kisiel 250 g	zupa koperkowa z l.c 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) mięso mielone wieprzowe 100 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) ziemniaki gotowane 200 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) szynka gotow. wp./NMaxpol/ 50 g (SQ, GOR, GLU,) sałatka z roszponki 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 100 g (JAJ, MLE, GLU,)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-09 poniedziałek	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) pasta z sera białego i ryby /makrela/ 90 g (<i>MLE,</i>) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g	kisiel bez cukru 250 ml	zupa koperkowa z l.c 350 ml (<i>JAJ, MLE, GLU, SEL,</i>) mięso mielone wieprzowe 100 g (<i>SEL,</i>) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 200 g sur. wielowarzynowa z kap. białą z dressingiem 150 g (<i>SOJ, GOR,</i>) kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	jabłko 300 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałatka z roszonejki 20 g	herbata zielona b/c 250 ml kanapka z serem żółtym i ogórkiem kisz. sał ziel 1 szt (<i>MLE, GLU,</i>)
	łatwo strawna małego dziecka	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna weka 50 g (<i>GLU,</i>) masło 5 g (<i>MLE,</i>) pasta z sera białego z koperkiem 50 g (<i>MLE,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 40 g płatki owsiane na mleku 150 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	kisiel z borówką ameryk. 150 ml	zupa koperkowa z l.c 150 ml (<i>JAJ, MLE, GLU, SEL,</i>) mięso mielone wieprzowe 80 g (<i>SEL,</i>) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 30 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 100 g marchewka gotowana 80 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 150 ml	jabłko pieczone 200 g	herbata b/c 150 ml bułka pszenna weka 50 g (<i>GLU,</i>) masło 5 g (<i>MLE,</i>) Szynka drob. /N.Maxpol/ 40 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałatka z roszonejki 10 g ryż na mleku 150 ml (<i>MLE,</i>)	herbata zielona b/c 150 ml drożdżówka z nadzieniem owocowym 50 g (<i>JAJ, MLE, GLU,</i>)
2026-03-10 wtorek	Podstawowa	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) żurek z całym jajkiem, szynką, bocz. i kielbasą podl. 350 ml (<i>SOJ, JAJ, GOR, GLU,</i>) jabłko pieczone 250 g		zupa fasolowa z ziemn. 350 ml (<i>SOJ, GOR, GLU, SEL,</i>) potrawka wieprzowa /duszona/ 110 g (<i>GLU, SEL,</i>) kasza gryczana got. 210 g sałatka z kapa, fiora, pomidora, ogórka konserw. i kukurydzy z maj. 150 g (<i>JAJ, GOR, SEL,</i>) kompot wieloowoc. z cytryną b/c (tru.bor.jab.) 250 ml		kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) dżemik z brzośkwiń 25 g pasta z sera białego z koperkiem 60 g (<i>MLE,</i>) sałatka z papryki i ogórka świeżego z oliwą z ol. 80 g	jogurt truskawkowy 150 g
	łatwo strawna	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) kiełb. żywiecka dr. N.Maxpol /bezglut/ 30 g (<i>MLE, GOR, GLU,</i>) sałata zielona 20 g jabłko pieczone 250 g kasza jaglana na mleku 350 ml (<i>MLE,</i>)		zupa jarzynowa z ziem.diet./march.piet.seler/ 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) potrawka wieprzowa /duszona/ 110 g (<i>GLU, SEL,</i>) kasza jęczmienna got.z warzyw. 210 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot wieloowoc. z cytryną b/c (tru.bor.jab.) 250 ml		kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) dżemik z brzośkwiń 25 g pasta z sera białego z koperkiem 60 g (<i>MLE,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g	jogurt truskawkowy 150 g

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 80 g kielb. z wywiecka dr. N.Maxpol /bezglut/ 50 g (MLE, GOR, GLU,) sałata zielona 20 g kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) jabłko pieczone 200 g		zupa jarzynowa z ziem.diet./march.pietr.seler/ 350 ml (MLE, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa /duszona/ 110 g (GLU, SEL,) kasza jęczmienna got.z warz.yw. 250 g (MLE, GLU, SEL,) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot wieloowoc. z cytryną b/c (tru.bor.jab.) 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g dżemik z brzoskwiń 25 g pasta z sera białego z koperkiem 60 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g zacierka na mleku 350 ml (JAJ, MLE, GLU,)	jogurt truskawkowy 150 g
z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) kielb. z wywiecka dr. N.Maxpol /bezglut/ 50 g (MLE, GOR, GLU,) sałata zielona 20 g jabłko pieczone 200 g	ryż na mleku 250 ml (MLE,)	zupa jarzynowa z ziem.diet./march.pietr.seler/ 350 ml (MLE, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa /duszona/ 110 g (GLU, SEL,) kasza jęczmienna got.z warz.yw. 210 g (MLE, GLU, SEL,) surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot wieloowoc. z cytryną b/c (tru.bor.jab.) 250 ml	kisiel 250 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) dżemik z brzoskwiń 25 g pasta z sera białego z koperkiem 60 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g zacierka na mleku 250 ml (JAJ, MLE, GLU,)	jogurt truskawkowy 150 g
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) żurek z całym jajkiem, szynką, bocz. i kielbasą podl. 300 ml (SOJ, JAJ, GOR, GLU,)	zupa ryżowa diet. 250 ml (MLE, SEL,)	zupa fasolowa z ziemn. 300 ml (SOJ, GOR, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa /duszona/ 110 g (GLU, SEL,) kasza gryczana got. 180 g surówka z marchewki i jabłka 150 g kompot wieloowoc. z cytryną b/c (tru.bor.jab.) 250 ml	jabłko 250 g	herbata zielona b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (SOJ, GOR, GLU,) pasta z sera białego z koperkiem 60 g (MLE,) sałatka z papryki i ogórka świeżego z oliwą z ol. 80 g	jogurt naturalny 160 g (MLE,)

2026-03-10 wtorek

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-10 wtorek	Łatwo strawna małego dziecka	kawa zboż. z ml. 150 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna weka . 40 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) kielb. z wywiecka dr. N.Maxpol /bezglut/ 40 g (MLE, GOR, GLU,) jajko na pół-miękko 70 g (JAJ,) sałata zielona 10 g kasza jaglana na mleku 150 ml (MLE,) jabłko pieczone 200 g	ryż na mleku 150 ml (MLE,)	zupa jarzynowa z ziem.diet./march.pietr.seler/ 350 ml (MLE, GLU, SEL,) potrawka wieprzowa /duszona/ 80 g (GLU, SEL,) kasza jęczmienna got.z warz.yw. 100 g (MLE, GLU, SEL,) surówka z marchewki i jabłka 80 g kompot wieloowoc. z cytryną b/c (tru.bor.jab.) 150 ml	kisiel 150 g	herbata b/c 150 ml bułka pszenna weka . 50 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) dżemik z brzoskwiń 25 g pasta z sera białego z koperkiem 40 g (MLE,) sałatka z pomidora bez skórki 40 g zacierka na mleku 150 ml (JAJ, MLE, GLU,)	jogurt truskawkowy 150 g
	Podstawowa	kakao (0 porcje) 250 ml (SOJ, MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) sałatka makaron.raz. fasola czerw. ,brokuł,jajo,maj. 150 g (JAJ, GOR,) sałatka z rozspanki 20 g płatki ows. na mleku z bananem i rodzynkami 250 ml (MLE, GLU,)		zupa kalia fiorowa z ziemn. i śmietaną 350 ml (MLE, GLU, SEL,) gołąbki z mięsem wieprz. 2 szt sos pomidorowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) sałata zielona z kefirem 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) ser żółty 30 g (MLE,) poledwica dr./N.Maxpol/ 30 g sałatka z ogórka kiszzonego 80 g	herbata zielona b/c 250 ml bułka pszenna50g, masło5g, szynka got.30g, sał.ziel5g 1 szt (SOJ, MLE, GOR, GLU,)
2026-03-11 środa	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z rozspanki 20 g płatki ows. na mleku z bananem i rodzynkami 250 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z ziemn.diet. 350 ml (MLE, GLU, SEL,) risotto z mięsem wieprzowym i jarzynami 300 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) sałata zielona z kefirem 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) poledwica dr./N.Maxpol/ 50 g miód naturalny 25 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml bułka pszenna50g, masło5g, szynka got.30g, sał.ziel5g 1 szt (SOJ, MLE, GOR, GLU,)
	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z rozspanki 20 g płatki ows. na mleku z bananem i rodzynkami 350 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z ziemn.diet. 350 ml (MLE, GLU, SEL,) risotto z mięsem wieprzowym i jarzynami 300 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) sałata zielona z kefirem 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g miód naturalny 25 g poledwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml bułka pszenna50g, masło5g, szynka got.30g, sał.ziel5g 1 szt (SOJ, MLE, GOR, GLU,)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z roszponki 20 g	budyń 250 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa koperkowa z ziemn.diet. 350 ml (MLE, GLU, SEL,) risotto z mięsem wieprzowym i jarzynami 300 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) sałata zielona z kefirem 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 30 g miód naturalny 25 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza manna na mleku 250 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml bułka pszenna 50g, masło 5g, szynka got. 30g, sał.ziel 5g 1 szt (SOJ, MLE, GOR, GLU,)
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z roszponki 20 g	budyń bez cukru 300 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa kalia fiorowa z ziemn. i śmietaną 350 ml (MLE, GLU, SEL,) risotto z mięsem wieprzowym i jarzynami 300 g (SEL,) sos pomidorowy 50 g (MLE, GLU, SEL,) sałata zielona z kefirem 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	jabłko 300 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 30 g ser żółty 30 g (MLE,) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g	herbata zielona b/c 250 ml chleb żytni razowy 40 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (SOJ, GOR, GLU,) sałata zielona 10 g
Łatwo strawna małego dziecka	kawa zboż. z ml. 150 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna 50 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 40 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z roszponki 10 g płatki ows. na mleku z bananem i rodzynkami 150 ml (MLE, GLU,)	budyń 150 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa koperkowa z ziemn.diet. 150 ml (MLE, GLU, SEL,) risotto z mięsem wieprzowym i jarzynami 150 g (SEL,) sos jarzynowy (mar.pi.sel.) 50 g (MLE, GLU, SEL,) sałata zielona z kefirem 40 g (MLE,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 150 ml	jabłko 200 g	herbata b/c 150 ml bułka pszenna zw. 50 g masło 5 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 30 g sałatka z pomidora bez skórki 50 g kasza manna na mleku 150 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 150 ml bułka pszenna 50g, masło 5g, szynka got. 30g, sał.ziel 5g 1 szt (SOJ, MLE, GOR, GLU,)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-12 czwartek	Podstawowa	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) kielbasa podlaska/N.Maxpol/ 120 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) ketchup 20 g sałatka z papryki św., rukoli, og.św., słon. z ol.z ol. 80 g jabłko gotowane 250 g		zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pupet drobiowy 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g sur. z pora,ogórka kisz. groszku i jajka z maj. 150 g (<i>JAJ, GOR,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata zielona b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) sałatka ryżowa z szynką dr.kuk. gr.pap. og.kon.maj. 150 g (<i>JAJ, GOR,</i>) sałata zielona 20 g kasza jęczmienna na mleku 200 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt z brzoskwiniami 120 g
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) dżemik z truskawek 25 g kielb. krak.drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza kukurydziana na mleku 250 ml (<i>MLE,</i>) jabłko gotowane 250 g		zupa jarzynowa z makar. diet. (zabiel.)/march.pietr.sel./ 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pupet drobiowy 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g buraczki gotowane 150 g (<i>GLU,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałata zielona 20 g kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt z brzoskwiniami 120 g
	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g dżemik z truskawek 25 g kielb. krak.drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (<i>MLE,</i>) jabłko gotowane 200 g		zupa jarzynowa z makar. diet. (zabiel.)/march.pietr.sel./ 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pupet drobiowy 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 250 g buraczki gotowane 150 g (<i>GLU,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałata zielona 20 g kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU,</i>) jabłko 250 g	jogurt z brzoskwiniami 120 g
	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) dżemik z truskawek 25 g kielb. krak.drob. /N.Maxpol/ 50 g (<i>GOR,</i>) sałatka z pomidora bez skórki 80 g jabłko gotowane 250 g	galaretka owocowa 250 g	zupa jarzynowa z makar. diet. (zabiel.)/march.pietr.sel./ 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pupet drobiowy 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 200 g buraczki gotowane 150 g (<i>GLU,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml	jabłko 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałata zielona 20 g kasza jęczmienna na mleku 350 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt z brzoskwiniami 120 g

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-12 czwartek	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) ketchup 20 g kielbasa podlaska/N.Maxpol/ 120 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałatka z papryki św., rukoli, og.św., słon. z ol.z ol. 80 g	zupa jarzynowa z kaszą jaglaną /march.pietr.sel./ 250 ml (<i>MLE, SEL,</i>)	zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpet drobiowy 100 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 50 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 200 g sur. z pora, ogórek kisz.groszku i jaja z jog.nat 150 g (<i>JAJ, MLE,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml	jabłko 300 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 30 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (<i>SOJ, GOR, GLU,</i>) sałata zielona 20 g	kefir 220 g (<i>MLE,</i>)
	łatwo strawna małego dziecka	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna weka . 60 g (<i>GLU,</i>) masło 5 g (<i>MLE,</i>) kielb.krak.drob. /N.Maxpol/ 30 g (<i>GOR,</i>) dżemik z truskawek 25 g sałatka z pomidora bez skórki 40 g kasza kukurydziana na mleku 150 ml (<i>MLE,</i>) jabłko gotowane 200 g	galaretkta owoc z bitą śm.borówkami 150 g (<i>SOJ, JAJ, MLE, GOR, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,</i>)	zupa jarzynowa z makar. diet. (zabiel.)/march.pietr.sel./ 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) pulpet drobiowy 80 g (<i>JAJ, GLU,</i>) sos koperkowy 30 g (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ziemniaki gotowane 100 g buraczki gotowane 70 g (<i>GLU,</i>) kompot jabłkowy z pomarańczą b.cukru 150 ml	jabłko 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna weka . 60 g (<i>GLU,</i>) masło 5 g (<i>MLE,</i>) Szynka drob. /N.Maxpol/ 40 g (<i>GOR, GLU, SEL,</i>) sałata zielona 10 g kasza jęczmienna na mleku 150 ml (<i>MLE, GLU,</i>)	jogurt z brzoskwiniami 120 g
2026-03-13 piątek	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) pasta z jajka i ryb z maj. /makreła/ 90 g (<i>SOJ, JAJ, GOR, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,</i>) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g kasza jaglana na mleku 300 ml (<i>MLE,</i>)		barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (<i>SO2, MLE, GLU, SEL,</i>) łazanki z kapustą kiszoną i mięsem wp. 300 g (<i>GLU,</i>) surówka z marchewki, jabłka i selera i siem.inian 150 g (<i>SEL,</i>) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (<i>GLU,</i>) chleb żytni razowy 60 g (<i>GLU,</i>) masło 10 g (<i>MLE,</i>) pasta z sera białego i papryki świeżej 80 g (<i>MLE,</i>) sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej z oliwą z ol. 70 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z budyniem 100 g
	łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 250 ml (<i>MLE, GLU,</i>) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) jajko na pół-miękko 70 g (<i>JAJ,</i>) połędwica dr./N.Maxpol/ 30 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza jaglana na mleku 250 ml (<i>MLE,</i>)		zupa ziemniaczana dietet. 350 ml (<i>MLE, GLU, SEL,</i>) ryba dorsz pieczona 140 g (<i>SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ,</i>) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (<i>MLE, SEL,</i>) ryż z warzywami 210 g (<i>SEL,</i>) surówka z marchewki, jabłka i selera i siem.inian 150 g (<i>SEL,</i>) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (<i>MLE,</i>) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 80 g (<i>MLE,</i>) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z budyniem 100 g

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

	Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g jabłko gotowane 200 g		zupa ziemniaczana dietet. 350 ml (MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz pieczona 140 g (SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEŻ, ORZ,) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (MLE, SEL,) ryż z warzywami 210 g (SEL,) surówka z marchewki, jabłka i selera i siem. lnian 150 g (SEL,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 5 g (MLE,) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g kasza manna na mleku 350 ml (MLE, GLU,)	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z budyniem 100 g
z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) połędwica dr./N.Maxpol/ 50 g sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza jaglana na mleku 250 ml (MLE,)	kasza kukurydziana z dżemem czar.porz. 200 ml (MLE,)	zupa ziemniaczana dietet. 300 ml (MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz pieczona 140 g (SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEŻ, ORZ,) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (MLE, SEL,) ryż z warzywami 180 g (SEL,) surówka z marchewki, jabłka i selera i siem. lnian 150 g (SEL,) kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 80 g (MLE,) sałata zielona 20 g	herbata zielona b/c 250 ml drożdżówka z budyniem 100 g
Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) pasta z jajka i ryby/makrela/ 90 g (SOJ, JAJ, GLU, OZI, SEL, SEŻ, ORZ,) sałatka z ogórka kiszzonego 80 g	zupa jarzynowa z kaszą kukurydzianą/fas.szp.bruks.kal./ 350 ml (MLE, SEL,)	barszcz czerwony z ziemniakami 350 ml (SO2, MLE, GLU, SEL,) ryba dorsz pieczona 140 g (SOJ, MLE, GLU, OZI, SEL, SEŻ, ORZ,) warzywa duszone (mar.pi.sel.) 80 g (MLE, SEL,) ryż brązowy z warzywami 200 g (SEL,) sałatka z pomidora i rukoliz ol.z ol. 150 g kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 250 ml	jabłko gotowane 300 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i papryki świeżej 80 g (MLE,) sałatka z rzodkiewki i sałaty zielonej ze szczyp. z olz ol 50 g	herbata zielona b/c 250 ml chleb żytni razowy 40 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) kiełb.krak.wp./N.Maxpol/ 30 g (MLE, GOR, GLU,) sałata zielona 10 g

2026-03-13 piątek

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-13 piątek	Łatwo strawna małego dziecka	kawa zboż. z ml. 150 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna weka 50 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) jajko na pół-miękko 70 g (JAJ,) połędwica dr./N.Maxpol/ 40 g sałatka z pomidora bez skórki 40 g	kasza kukurydziana z dżemem czar.porz. 150 ml (MLE,)	zupa ziemniaczana dietet. 150 ml (MLE, GLU, SEL,) mięso drobiowe w jarzynie 80 g (MLE, SEL,) ryż z warzywami 100 g (SEL,) sur. z marchewki i jabłka z siemieniem lnianym 100 g kompot truskawkowy z cytryną b.cukru 150 ml	jabłko gotowane 100 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna weka 50 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) pasta z sera białego z ziel. pietruszką 60 g (MLE,) sałata zielona 10 g kasza manna na mleku 150 ml (MLE, GLU,)	drożdżówka z budyniem 50 g herbata zielona b/c 150 ml
	Podstawowa	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) dżemik z brzoskwiń 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora, sałaty zielonej i koperku 80 g		zupa z soczewicy z makaronem 350 ml (SOJ, MLE, GLU, SEL,) Bitka z mięsa szynkowego w jarzynie 110 g (SEL,) ziemniaki gotowane 250 g sur. z kapusty pek. i papr.z ziołami i oliwą z ol. 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) sałatka z bura czka czerwonego z maj. 150 g (JAJ, GOR,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 30 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z rozszonki 20 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE,)	jogurt naturalny 160 g (MLE,)
	Łatwo strawna	kawa zboż. z ml. 200 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) dżemik z brzoskwiń 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z makaronem 350 g (MLE, GLU, SEL,) Bitka z mięsa szynkow. w jarz./diet/ 110 g (SEL,) ziemniaki gotowane 250 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) miód naturalny 50 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z rozszonki 20 g kasza kukurydziana na mleku 200 ml (MLE,)	jogurt naturalny 160 g (MLE,)
2026-03-14 sobota	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 80 g dżemik z brzoskwiń 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora, sałaty zielonej i koperku 80 g kasza jęczmienna na mleku 350 ml (MLE, GLU,)		zupa koperkowa z makaronem 350 g (MLE, GLU, SEL,) Bitka z mięsa szynkow. w jarz./diet/ 110 g (SEL,) ziemniaki gotowane 250 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 80 g Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z rozszonki 20 g kasza kukurydziana na mleku 350 ml (MLE,) jabłko gotowane 250 g	jogurt naturalny 160 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-14 sobota	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żołądkowego	kawa zboż. z ml. 250 ml (MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) dżemik z brzoskwiń 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 50 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora , sałaty zielonej i koperku 80 g	budyń 250 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa koperkowa z makaronem 350 g (MLE, GLU, SEL,) Bitka z mięsa szynkow. w jarz./diet/ 110 g (SEL,) ziemniaki gotowane 250 g marchewka gotowana 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	kisiel z tartym jabłkiem 250 ml	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 50 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z roszponki 20 g kasza kukurudziana na mleku 250 ml (MLE,)	jogurt naturalny 160 g (MLE,)
	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) jajko na pół-miękko 70 g (JAJ,) szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora , sałaty zielonej i koperku 80 g	budyń bez cukru 200 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa z soczewicy z makaronem 350 ml (SOJ, MLE, GLU, SEL,) Bitka z mięsa szynkow. w jarz./diet/ 110 g (SEL,) ziemniaki gotowane 200 g sur. z kapusty pek. i papr.z ziołami i oliwą z ol. 150 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 250 ml	jabłko 250 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 30 g (GLU,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 30 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z bura czka czerwonego z olejem 150 g sałatka z roszponki 20 g	jogurt naturalny 160 g (MLE,)
	Łatwo strawna małego dziecka	herbata b/c 150 ml bułka pszenna 40 g (GLU,) masło 5 g (MLE,) dżemik z brzoskwiń 25 g szynka gotow. wp./N.Maxpol/ 30 g (SOJ, GOR, GLU,) sałatka z pomidora , sałaty zielonej i koperku 80 g kasza jęczmienna na mleku 150 ml (MLE, GLU,)	budyń z musem truskawkowym 150 ml (SOJ, JAJ, MLE, GLU,)	zupa koperkowa z makaronem 150 g (MLE, GLU, SEL,) Bitka z mięsa szynkow. w jarz./diet/ 80 g (SEL,) ziemniaki gotowane 80 g marchewka gotowana 80 g kompot jabłkowy z cytryną b. cukru 150 ml	kisiel z tartym jabłkiem 150 ml	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 5 g (MLE,) Szynka drob. /N.Maxpol/ 40 g (GOR, GLU, SEL,) sałatka z roszponki 10 g kasza kukurudziana na mleku 150 ml (MLE,)	sok bobo fruit 175 ml

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-15 niedziela	Podstawowa	kakao 250 ml (SOJ, MLE, GLU,) chleb pszenno-żytni pytl. 50 g (GLU,) chleb żytni razowy 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) kielb.krak.wp./N.Maxpol/ 50 g (MLE, GOR, GLU,) miód naturalny 25 g sałatka z papryki i ogórka świeżego z oliwą z oli 80 g ryż na mleku 300 ml (MLE,)		rosół z l.c. 350 ml (JAJ, GLU, SEL,) potrawka z udka w jarzynie 200 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g surówka z selera,jabłka,marchwi z majonezem 150 g (JAJ, GOR, SEL,) kompot truskawkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni pytl. 50 g (GLU,) chleb żytni razowy. 60 g (GLU,) masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i szynki wieprz. z koperkiem 80 g (SOJ, MLE, GOR, GLU,) sałatka z pomidora, szczypioru i koperku 80 g	kefir 220 g (MLE,)
	Łatwo strawna	kakao 250 ml (SOJ, MLE, GLU,) bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) miód naturalny 25 g kielb.krak.drob./N.Maxpol/ 50 g (GOR,) sałata zielona 20 g ryż na mleku 250 ml (MLE,)		zupa jarzynowa z l.c /dieta./march.sel.pietr./ 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) potrawka z udka w jarzynie 200 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z jog.naturalnym 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i szynki wieprz. z koperkiem 80 g (SOJ, MLE, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 200 ml (MLE, GLU,)	kefir 220 g (MLE,)
	niskoresztkowa z ogr. tłuszczu	herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 70 g kielb.krak.drob./N.Maxpol/ 50 g (GOR,) miód naturalny 25 g sałata zielona 20 g ryż na mleku 250 ml (MLE,) jabłko gotowane 250 g		zupa jarzynowa z l.c /dieta./march.sel.pietr./ 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) potrawka z udka w jarzynie 200 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 250 g sałata zielona z jog.naturalnym 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml		herbata z cukrem 250 ml bułka pszenna zw. 70 g pasta z sera białego i szynki wieprz. z koperkiem 70 g (SOJ, MLE, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU,)	kefir 220 g (MLE,)
	z ogr. substancji pobudz. wydz. soku żółtkowego	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) miód naturalny 25 g kielb.krak.drob./N.Maxpol/ 50 g (GOR,) sałata zielona 20 g ryż na mleku 250 ml (MLE,) jabłko gotowane 250 g	galaretka owocowa 250 g	zupa jarzynowa z l.c /dieta./march.sel.pietr./ 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL,) potrawka z udka w jarzynie 200 g (MLE, SEL,) ziemniaki gotowane 200 g sałata zielona z jog.naturalnym 70 g (MLE,) kompot truskawkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml	jabłko gotowane 200 g	herbata b/c 250 ml bułka pszenna zw. 80 g masło 10 g (MLE,) pasta z sera białego i szynki wieprz. z koperkiem 80 g (SOJ, MLE, GOR, GLU,) sałatka z pomidora bez skórki 80 g płatki owsiane na mleku 250 ml (MLE, GLU,)	kefir 220 g (MLE,)

Jadłospisy tygodniowe za okres od dnia 2026-03-06 do dnia 2026-03-15 KUCHNIA OGÓLNA

		Śniadanie	2. śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Posiłek nocny
2026-03-15 niedziela	Dieta z ogr. łatwo przyswajalnych węglow.	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni pytl. 50 g (GLU ,) chleb żytni razowy. 30 g (GLU ,) masło 10 g (MLE ,) ser żółty 30 g (MLE ,) kielb. krak.wp./N.Maxpol/ 50 g (MLE, GOR, GLU ,) sałatka z papryki i ogórka świeżego z oliwą z ol 80 g	zupa jarzynowa z kaszą jęczm. diet./march.pietr.sel./ 350 ml (MLE, GLU, SEL ,)	rosół z l.c. 350 ml (JAJ, GLU, SEL ,) potrawka z udka w jarzynie 200 g (MLE, SEL ,) ziemniaki gotowane 200 g surówka z selera, jabłka i marchewki z jog.nat. 150 g (MLE, SEL ,) kompot truskawkowy z pomarańczą b.cukru 250 ml	jabłko 300 g	herbata b/c 250 ml chleb pszenno-żytni pytl. 50 g (GLU ,) chleb żytni razowy. 30 g (GLU ,) masło 10 g (MLE ,) pasta z sera białego i szynki wieprz. z koperkiem 80 g (SOJ, MLE, GOR, GLU ,) sałatka z pomidora, szczypiorku i koperku 80 g	kefir 220 g (MLE ,)
	Łatwo strawna małego dziecka	kakao 150 ml (SOJ, MLE, GLU ,) bułka pszenna zw. 80 g masło 5 g (MLE ,) miód naturalny 25 g kielb. krak.drob. /N.Maxpol/ 30 g (GOR ,) sałata zielona 10 g ryż na mleku 150 ml (MLE ,)	galaretka owoc z bitą śm.borówkami 150 g (SOJ, JAJ, MLE, GOR, GLU, OZI, SEL, SEZ, ORZ ,)	zupa jarzynowa z l.c /diet./march.sel.pietr./ 350 ml (JAJ, MLE, GLU, SEL ,) potrawka z udka w jarzynie 100 g (MLE, SEL ,) ziemniaki gotowane 80 g sałata zielona z jog. naturalnym 40 g (MLE ,) kompot truskawkowy z pomarańczą b.cukru 150 ml	jabłko 200 g	herbata z cukrem 150 ml bułka pszenna zw. 60 g masło 10 g (MLE ,) pasta z sera białego i szynki wieprz. z koperkiem 50 g (SOJ, MLE, GOR, GLU ,) sałatka z pomidora bez skórki 40 g płatki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU ,)	deser "gerber" 125 g