

	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek
	2026.05.01	2026.05.02	2026.05.03	2026.05.04	2026.05.05	2026.05.06	2026.05.07
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecką 40 g Twarożek z pomarańczą 80 g Pomidor 60 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Pomidor 60 g Rumianek 250 g Salata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Paszтет 80 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Ser biały 80 g Kurczak gotowany premium 30 g Pomidor 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Szynka bankietowa 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka naturalna ze straganu 30 g Pasta z serka wiejskiego, suszonych pomidorów i bazylii 80 g Pomidory koktajlowe 50 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś							
Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż 140 g Jarzynki po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Kartacze z mięsem diet. 3 szt Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Ratatouille lekkostrawna 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 110 g Makaron spaghetti 140 g Surówka z cukinią i marchewką lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml Schab po tokańsku diet. 110 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g
P							
Kolacja	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Schab na kartki 40 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Salata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kaziuk 30 g Ser biały 80 g Pomidor 60 g Salata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Schab parowany 30 g Salatka brokułowa z kurczakiem lekka 120 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g

	piątek	sobota	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek
	2026.05.08	2026.05.09	2026.05.10	2026.05.01	2026.05.02	2026.05.03	2026.05.04
	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Lekkostrawna 2C Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 80 g Bułka wrocławska 20 g Masło 15 g Szynkowa extra 40 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pomidor 60 g Mix sałat 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka od szwagra 30 g Ser biały 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Twarożek z jabłkiem b/c 80 g Ogórek 60 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Paszтет 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Kurczak gotowany premium 50 g Rzodkiewka 60 g Roszponka 10 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś				Chleb razowy 50 g Masło 10 g Schab na kartki 40 g Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka na kartki 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser biały 80 g Pomidor 50 g
Obiad	Zupa kukiniowa dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-jagodowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 100 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos ziołowy 60 g	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Dyńia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż brązowy 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszonyj i białej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Pałki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza gryczana 140 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos rozmarynowy 60 g Kasza pęczak 140 g Surówka z pietruszki z pomarańczą b/c 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P				Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt Skyr naturalny 1 szt	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g
Kolacja	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 40 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 50 g Masło 15 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Ser żółty 30 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 15 g Pyzdra schabowa 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata b/cukru 250 ml

	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	piątek
	2026.05.05	2026.05.06	2026.05.07	2026.05.08	2026.05.09	2026.05.10	2026.05.01
	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Cukrzycowa 3.6A Kobiety	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 15 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Łopatką z pietruszką 50 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 15 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Pomidor 60 g Salata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynkowa extra 50 g Pomidor 60 g Mix salat 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka od szwagra 50 g Papryka 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Twarożek z pomarańczą 80 g Ogórek 60 g Rumianek 250 g
II Ś	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Szynka bankietowa 40 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Pasta z sera wiejskiego, suszonych pomidorów i bazylii 60 g Pomidor 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Jajko w jogurcie ze szczypiorkiem 1 szt Papryka 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Serek homogenizowany natur kg 60 g Ogórek 50 g	Chleb razowy 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Pomidor 50 g	Kisiel z morelą 200 ml
Obiad	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka czerwony colleslaw b/c 120 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron razowy 140 g Kalafior 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Schab po tokańsku 110 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Kasza orkiszowa 140 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka wielowarzywna b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza pęczak owsiany 140 g Brokuły 120 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza orkiszowa 140 g Dynia gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Miruna panierowana 100 g Ryż 140 g Surówka z kapusty kiszonej i białej 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Jabłko 1 szt	Pomarańcza 1 szt	Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g	Jogurt naturalny 1 szt Kiwi 1 szt	Mandarynka 2 szt	Winogrona 100 g
Kolacja	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Kaziuk 30 g Ser żółty 30 g Papryka 60 g Salata lodowa 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Papryka 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Schab parowany 30 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 120 g Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Pasta z makreli 80 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Papryka 60 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 50 g Grahamka mini 1 szt Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Rzodkiewka 80 g Salata 10 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 15 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Salata 10 g Rumianek 250 g	Chleb pyłowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Salata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek
	2026.05.02	2026.05.03	2026.05.04	2026.05.05	2026.05.06	2026.05.07	2026.05.08
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Paszтет 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Kurczak gotowany premium 30 g Rzodkiewka 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Szynka bankietowa 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopátka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g
II Ś	Deser tiramisu liofilizowaną maliną 125 g	Jogurt owocowy 1 szt Biszkopty 30 g	Skyr naturalny 1 szt	pudding z kaszy kukurydzianej z mussem malinowym 200 g	Koktajl jogurtowo brzoskwinowy 200 g	Jogurt z mussem wiśniowym i czekoladą 200 g	Koktajl szarlotka 200 g
Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skt. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy 110 g Makaron spaghetti 140 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Schab po tokańsku 110 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa cukiniowa dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-jagodowy 60 g Kompot owocowy 250 ml
P	Kiwi 1 szt	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g	Melon Kantalupe 150 g	Pomarańcza 1 szt	Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb razowy 30 g Chleb pszenny 50 g Masło 10 g Szynekowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kaziuk 30 g Ser żółty 30 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Schab parowany 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 120 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

	sobota	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek
	2026.05.09	2026.05.10	2026.05.01	2026.05.02	2026.05.03	2026.05.04	2026.05.05
	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Podstawowa Dzieci 1B	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A
Śniadanie	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynekowa extra 40 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pomidor 60 g Mix sałat 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynek od szwagra 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 30 g Twarożek z pomarańczą 80 g Pomidor 60 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski z koperkiem 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Paszтет 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser biały 80 g Kurczak gotowany premium 30 g Pomidor 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Szynek bankietowa 30 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g
II Ś	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	Jogurt pitny owocowy 1 szt	Kisiel z morelą 200 ml	Deser tiramisu liofilizowaną maliną 125 g	Jogurt owocowy 1 szt Biszkopty 30 g	Skyr naturalny 1 szt	Pudding z kaszy kukurydzianej z musem malinowym 200 g
Obiad	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami b/ml 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż 140 g Jarzyny po grecku 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Rosół z makaronem 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami lekka 300 ml Kartacze z mięsem diet. 3 szt Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Ratatouille lekkostrawna 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g
P	Mini muffiny 2 szt	Mandarynka 2 szt	Banan 1 szt	Kiwi 1 szt	Jabłko 1 szt	Truskawki 100 g	Melon Kantalupe 150 g
Kolacja	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Szynek z piersi kurczaka 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynek z indyka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Schab na kartki 30 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynek od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynekowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kaziuk 30 g Ser biały 80 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml

	środa	czwartek	piątek	sobota	niedziela	piątek	sobota
	2026.05.06	2026.05.07	2026.05.08	2026.05.09	2026.05.10	2026.05.01	2026.05.02
	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Lekkostrawna Dzieci 2A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pomidor 60 g Mix sałat 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza jaglana na mleku z żurawiną 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 50 g Twarożek z pomarańczą 80 g Ogórek 60 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g	Jogurt z mussem wiśniowym i czekoladą 200 g	Koktajl szarlotka 200 g	Sałatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g	Jogurt pitny owocowy 1 szt	Kisiel z morelą 200 ml	Deser tiramisu liofilizowaną maliną 125 g
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 110 g Makaron spaghetti 140 g Surówka z cukinią i marchewką lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa selerowa z makaronem muszelki b/ml 300 ml Schab po tokańsku diet. 110 g Marchewka gotowana mini 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-jagodowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Brokuły 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Miruna panierowana 100 g Ryż 140 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Pomarańcza 1 szt	Kiwi 1 szt	Melon Kantalupe 150 g	Mini muffiny 2 szt	Jabłko 1 szt	Winogrona 100 g	Kiwi 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Schab parowany 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem lekka 120 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Wieprzowina z zapiecką 30 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 40 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Chleb pyłtowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 50 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Pyszdra schabowa 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa	czwartek	piątek	sobota
	2026.05.03	2026.05.04	2026.05.05	2026.05.06	2026.05.07	2026.05.08	2026.05.09
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatobiałkowa 3.3A
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Paszтет 80 g Szynka na kartki 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Zacierka na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany premium 50 g Ser żółty 50 g Rzodkiewka 60 g Roszponka 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka bankietowa 50 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Kasza jaglana na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 50 g Seler naciowy słupki 60 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z serka wiejskiego, suszonych pomidorów i bazylii 80 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Pomidory koktajlowe 50 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Jajko w jogurcie z koperkiem 1 szt Pomidor 50 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna 250 g Chleb pszenny 70 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pomidor 60 g Mix sałat 10 g Herbata z cukrem 250 ml
II Ś	Jogurt owocowy 1 szt Biszkopty 30 g	Skyr naturalny 1 szt	Pudding z kaszy kukurydzianej z musem malinowym 200 g	Koktajl jogurtowo brzoskwiniowy 200 g	Jogurt z musem wiśniowym i czekoladą 200 g	Koktajl szarlotka 200 g	Salatka owocowa z owoców tropikalnych z sokiem z marakui 200 g
Obiad	Rosół z makaronem 300 ml Pałki z kurczaka w marynacie miodowej (pieczone) 2 szt Ziemniaki 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Kartacze z mięsem 3 szt Buraczki 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 110 g Makaron spaghetti 140 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa neapolitanka z makaronem muszelki 300 ml Schab po tokańsku 110 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Kompot owocowy 250 ml Ziemniaki 140 g	Zupa kukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Naleśniki z serem II 2 szt Sos jogurtowo-jagodowy 60 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem 300 ml Udźki z kurczaka pieczone 100 g Sos ziołowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z marchwi i jabłka 120 g Kompot owocowy 250 ml
P	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g	Melon Kantalupe 150 g	Pomarańcza 1 szt	Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g	Mini muffiny 2 szt
Kolacja	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Ser mozzarella 50 g Pomidor 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Chleb razowy 30 g Masło 10 g Szynkowa extra 50 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pyłowy 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Kaziuk 50 g Papryka 60 g Sałata lodowa 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Hummus dyniowy 80 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Chleb pszenny 50 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Schab parowany 50 g Salatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 150 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Herbata owocowa z cukrem 250 g	Chleb pszenny 60 g Bułka wrocławska 30 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Wieprzowina z zapiecka 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Grahamka mini 1 szt Bułka wrocławska 40 g Masło 10 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Szynka z piersi kurczaka 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml

	niedziela	piątek	sobota	niedziela	poniedziałek	wtorek	środa
	2026.05.10	2026.05.01	2026.05.02	2026.05.03	2026.05.04	2026.05.05	2026.05.06
	IMID Bogatobiałkowa 3.3A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Kakao 250 g Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Szynka od szwagra 50 g Papryka 60 g Sałata 10 g Herbata z cukrem 250 ml	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Wieprzowina z zapiecką 30 g Twarożek z jabłkiem b/c 80 g Ogórek 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 30 g Serek wiejski ze szczypiorkiem 80 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 100 g Masło 10 g Pasztet 80 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 30 g Kurczak gotowany premium 30 g Rzodkiewka 80 g Roszponka 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka bankietowa 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Pomidory koktajlowe 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Płatki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Twarożek z ziołami 80 g Łopatka z pietruszką 30 g Seler naciowy słupki 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Jogurt pitny owocowy 1 szt	Kisiel z morelą 200 ml	Deser tiramisu liofilizowaną maliną 125 g	Kefir 1 szt Wafle ryżowe 2 szt	Skyr naturalny 1 szt	Mus malinowy b/c 200 g	Koktajl jogurtowo brzoskwinowy b/c 200 g
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Ziemniaki 140 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka 120 g Kompot owocowy 250 ml	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300 ml Miruna pieczona z koperkiem 100 g Sos bazyliowy 60 g Ryż brązowy 140 g Jarzynki po grecku 120 g Surówka z kapusty kiszzonej i białej b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami 300 ml Bitka schabowa 100 g Sos pieczeniowy diet. 60 g Kasza jęczmienna 140 g Seler gotowany z cukinią i koperkiem 120 g Surówka wielowarzywna lekka z olejem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa z fasolki szparagowej z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Palki z kurczaka pieczone 2 szt Kasza gryczana 140 g Surówka z sałaty i warzyw mieszanych lekka b/c 120 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 ml Schab pieczony w majeranku 100 g Sos rozmarynowy 60 g Kasza pęczak 140 g Surówka z pietruszki z pomarańczą b/c 120 g Buraczki 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa krupnik jęczmienny z ziemniakami 300 ml Filet z indyka pieczony 100 g Kasza bulgur 140 g Surówka czerwony colleslaw b/c 120 g Ratatouille 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Sos jasny z ziołami prowansalskimi lekki 60 g	Barszcz czerwony z ziemniakami 300 ml Sos boloński wieprzowy lekkostrawny 110 g Makaron razowy 140 g Kalafior 120 g Ogórek kiszony 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Mandarynka 2 szt	Mandarynka 2 szt	Kiwi 1 szt	Gruszka 1 szt	Truskawki 100 g	Jabłko 1 szt	Pomarańcza 1 szt
Kolacja	Chleb pszenny 30 g Bułka wrocławska 50 g Masło 10 g Jajko 1 szt Szynka z indyka 50 g Pomidor 60 g Sałata 10 g Rumianek 250 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Ser żółty 40 g Jajko w majonezie ze szczypiorkiem 1 szt Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Pyzdra schabowa 50 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka od szwagra 30 g Ser mozzarella 30 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 30 g Pasta z ciecierzycy z pesto bazyliowym 80 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Kaziuk 30 g Ser żółty 30 g Papryka 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 100 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml

	czwartek	piątek	sobota	niedziela
	2026.05.07	2026.05.08	2026.05.09	2026.05.10
	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A	IMID Bogatoresztkowa 3.7A
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka naturalna ze straganu 50 g Sałata 20 g Pomidory koktajlowe 80 g Herbata b/cukru 250 ml	Platki żytnie na mleku 300 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Kurczak gotowany Tarczyński 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Rumianek 250 g	Kawa mleczna bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynkowa extra 40 g Serek homogenizowany waniliowy 80 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Kakao bez cukru 250 g Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka od szwagra 50 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml
II Ś	Jogurt z musem wiśniowym b/c 200 g	Koktajl jogurtowo jabłkowy b/c 200 g	Jabłko 1 szt	Jogurt naturalny 1 szt
Obiad	Zupa selerowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Schab po tokańsku 110 g Surówka z pomidora z oliwkami i koperkiem 120 g Fasolka gotowana 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml Kasza orkiszowa 140 g	Zupa cukiniowo dyniowa z ziemniakami i mlekiem kokosowym 300 ml Dorsz pieczony z koperkiem 100 g Sos koperkowy 60 g Kasza bulgur 140 g Bukiet warzyw 3-skl. 120 g Surówka wielowarzywna b/c 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa szpinakowa z ryżem brązowym 300 ml Udziki z kurczaka pieczone 100 g Kasza pęczak owsiany 140 g Surówka z marchwi i jabłka b/c 120 g Brokuły 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml	Zupa pomidorowa z makaronem pełnoziarnistym 300 ml Stek schabowy diet. 100 g Sos jarzynowy 60 g Kasza orkiszowa 140 g Surówka z jarzyn mieszanych z olejem lekka b/c 120 g Dyńa gotowana z selerem i świeżym rozmarynem 120 g Kompot owocowy bez cukru 250 ml
P	Kiwi 1 szt	Truskawki 100 g	Jogurt naturalny 1 szt	Mandarynka 2 szt
Kolacja	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Schab parowany 30 g Sałatka brokułowa z kurczakiem i słonecznikiem 120 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Herbata owocowa b/cukru 250 g	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Pasta z makreli 80 g Wieprzowina z zapiecka 30 g Papryka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Grahamka mini 1 szt Chleb razowy 40 g Masło 10 g Szynka z piersi kurczaka 30 g Ser mozzarella kulki mini 50 g Rzodkiewka 80 g Sałata 20 g Herbata b/cukru 250 ml	Chleb razowy 80 g Masło 10 g Szynka z indyka 50 g Pomidor 80 g Sałata 20 g Rumianek 250 g