

| 10           | Dzień 1                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                             |                                                                                                                          | Dzień 2                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                        |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| diety        | Podstawowa                                                                                                                               | Łatwo strawna                                                                                                                                                               | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                        | Podstawowa                                                                                                                                                             | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                             | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                      |
| Śniadanie    | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Szynka drobiowa 60g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Szynka drobiowa 60g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Szynka drobiowa 60g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa krakowska sucha 30g<br>Serek fromage 80g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa krakowska sucha 30g<br>Serek fromage 80g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa krakowska sucha 30g<br>Serek fromage 80g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g |
| Obiad        | Żurek z ziemniakami 300 ml<br><br>Gulasz drobiowy z warzywami 300g<br>Ryż 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                   | Zupa selerowa 300 ml<br><br>Gulasz drobiowy z warzywami 300g<br>Ryż 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                            | Żurek z ziemniakami 300 ml<br><br>Gulasz drobiowy z warzywami 300g<br>Kasza gryczana 100g<br>Kompot owocowy 250ml        | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml<br><br>Spaghetti bolognese 450g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                             | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml<br><br>Spaghetti bolognese 450g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                                                                | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300ml<br><br>Spaghetti bolognese 450g<br>Kompot owocowy 250ml                                                             |
| Podwieczorek | Serek homogenizowany naturalny 150ml                                                                                                     | Serek homogenizowany naturalny 150ml                                                                                                                                        | Serek homogenizowany naturalny 150ml                                                                                     | Jabłko 150g<br>Herbatniki 30g                                                                                                                                          | Jabłko 150g<br>Herbatniki 30g                                                                                                                                                                             | Jabłko 150g<br>Herbatniki 30g                                                                                                                          |
| Kolacja      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Ogórek zielony 50g                | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Ogórek zielony 50g                | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Ogórek zielony 50g                | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Paszтет sojowy 113g<br>Ser żółty 30g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g               | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Paszтет sojowy 113g<br>Ser żółty 30g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g               | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Paszтет sojowy 113g<br>Ser żółty 30g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g               |

|              | Dzień 3                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      | Dzień 4                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                 |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| diety        | Podstawowa                                                                                                                                                           | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                           | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                    | Podstawowa                                                                                                                                                   | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                   | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                               |
| Śniadanie    | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Parówki drobiowe 70g<br>Ser żółty 20g<br>Pomidor 80g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                          | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Parówki drobiowe 70g<br>Ser żółty 20g<br>Pomidor 80g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                          | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Parówki drobiowe 70g<br>Ser żółty 20g<br>Pomidor 80g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                          | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Ser biały półtłusty 100g<br>Dżem 25g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g    | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Ser biały półtłusty 100g<br>Dżem 25g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g    | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Ser biały półtłusty 100g<br>Pomidor 50g<br>Rzodkiewka 15g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g |
| Obiad        | Rosół z makaronem 300ml<br><br>Filet z kurczaka 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Brokuły w śmietanie 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                           | Rosół z makaronem 300ml<br><br>Filet z kurczaka 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Brokuły w śmietanie 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                              | Rosół z makaronem 300ml<br><br>Filet z kurczaka 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Brokuły w śmietanie 100g<br>Kompot owocowy 250ml                           | Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml<br><br>Schab w sosie chrzanowym 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Buraczki 100g<br>Kompot owocowy 250ml                               | Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml<br><br>Schab w sosie chrzanowym 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Buraczki 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                  | Zupa pomidorowa z ryżem 300 ml<br><br>Schab w sosie chrzanowym 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Buraczki 100g<br>Kompot owocowy 250ml                  |
| Podwieczorek | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                                 | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                                                                    | Sok pomidorowy 300ml                                                                                                                                 | Banan 200g                                                                                                                                                   | Banan 200g                                                                                                                                                                                      | Jabłko 150g                                                                                                                                     |
| Kolacja      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Jajko gotowane 1 sztuka<br>Kiełbasa drobiowa 30g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Jajko gotowane 1 sztuka<br>Kiełbasa drobiowa 30g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Jajko gotowane 1 sztuka<br>Kiełbasa drobiowa 30g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Szynka z indyka 60g<br>Sałatka ze świeżych warzyw 100g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Szynka z indyka 60g<br>Sałatka ze świeżych warzyw 100g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Szynka z indyka 60g<br>Sałatka ze świeżych warzyw 100g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g    |

|              | Dzień 5                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                       | Dzień 6                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                          |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| diety        | Podstawowa                                                                                                                                                            | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                            | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                     | Podstawowa                                                                                                                                                               | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                               | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                        |
| Śniadanie    | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Pasztet drobiowy 100g<br>Ser żółty 20g<br>ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Pasztet drobiowy 100g<br>Ser żółty 20g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Pasztet drobiowy 100g<br>Ser żółty 20g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Szynka konserwowa 60g<br>Ser biały półtłusty 50g<br>Papryka czerwona 50g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml          | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Szynka konserwowa 60g<br>Ser biały półtłusty 50g<br>Pomidor 50g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                   | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Szynka konserwowa 60g<br>Ser biały półtłusty 50g<br>Papryka czerwona 50g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml          |
| Obiad        | Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml<br><br>Dorsz panierowany 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Surówka z kapusty kiszzonej 100g<br>Kompot owocowy 250ml                        | Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml<br><br>Dorsz pieczony z warzywami 250g<br>Ziemniaki 250g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                                      | Zupa pieczarkowa z makaronem 300ml<br><br>Dorsz panierowany 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Surówka z kapusty kiszzonej 100g<br>Kompot owocowy 250ml        | Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml<br><br>Gulasz wieprzowy 150g<br>Kasza jęczmienna 100g<br>surówka z selera 100g<br><br>Kompot owocowy 250ml                          | Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml<br><br>Gulasz wieprzowy 150g<br>Kasza jęczmienna 100g<br>surówka z selera 100g<br><br>Kompot owocowy 250ml                                                             | Barszcz czerwony z ziemniakami 300ml<br><br>Gulasz wieprzowy 150g<br>Kasza gryczana 100g<br>surówka z selera 100g<br><br>Kompot owocowy 250ml            |
| Podwieczorek | Jogurt naturalny 250ml                                                                                                                                                | Jogurt naturalny 250ml                                                                                                                                                                                   | Jogurt naturalny 250ml                                                                                                                                | Mus owocowy bez cukru 250ml                                                                                                                                              | Mus owocowy bez cukru 250ml                                                                                                                                                                                 | Mus owocowy bez cukru 250ml                                                                                                                              |
| Kolacja      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Serek wiejski 100g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g                            | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Serek wiejski 100g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g                            | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Serek wiejski 100g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g                            | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Ogórek 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Ogórek 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Pasta jajeczna ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Ogórek 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g |

|              | Dzień 7                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                          | Dzień 8                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                             |
|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| diety        | Podstawowa                                                                                                                                               | Łatwo strawna                                                                                                                                                                               | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                        | Podstawowa                                                                                                                                                                                  | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                                                  | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                                           |
| Śniadanie    | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa drobiowa 60g<br>Pomidor 50g<br>Ogórek 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa drobiowa 60g<br>Pomidor 50g<br>Ogórek 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa drobiowa 60g<br>Pomidor 50g<br>Ogórek 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Parówki drobiowe 70g<br>Ser żółty 20g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g                                  | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Parówki drobiowe 70g<br>Ser żółty 20g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g                                  | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Parówki drobiowe 70g<br>Ser żółty 20g<br>Pomidor 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g                                  |
| Obiad        | Rosół z lanym ciastem 300ml<br><br>Udko pieczone 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Sałata ze śmietaną 100g<br>Kompot owocowy 250ml                               | Rosół z lanym ciastem 300ml<br><br>Udko gotowane 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Sałata ze śmietaną 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                  | Rosół z lanym ciastem 300ml<br><br>Udko pieczone 150g<br>Ziemniaki 250g<br>Sałata ze śmietaną 100g<br>Kompot owocowy 250ml               | Krupnik 300ml<br><br>Jajko w sosie koperkowym 100g<br>Ziemniaki 250g<br>Surówka z marchewki 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                    | Krupnik 300ml<br><br>Jajko w sosie koperkowym 100g<br>Ziemniaki 250g<br>Surówka z marchewki 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                                                       | Krupnik 300ml<br><br>Jajko w sosie koperkowym 100g<br>Ziemniaki 250g<br>Surówka z marchewki 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                    |
| Podwieczorek | Mandarynka 150g                                                                                                                                          | Mandarynka 150g                                                                                                                                                                             | Mandarynka 150g                                                                                                                          | Sok owocowy 150ml                                                                                                                                                                           | Sok owocowy 150ml                                                                                                                                                                                                              | Sok owocowy 150ml                                                                                                                                                           |
| Kolacja      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Paszтет sojowy 113g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g          | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Paszтет sojowy 113g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g          | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Paszтет sojowy 113g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g          | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Serek topiony 100G<br>Kiełbasa krakowska sucha 30g<br>Sałatka ze świeżych warzyw 100g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Serek topiony 100g<br>Kiełbasa krakowska sucha 30g<br>Sałatka ze świeżych warzyw 100g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Serek topiony 100g<br>Kiełbasa krakowska sucha 30g<br>Sałatka ze świeżych warzyw 100g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cytryna 5 g |

|              | Dzień 9                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      | Dzień 10                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                      |
|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| diety        | Podstawowa                                                                                                                                                         | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                           | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                    | Podstawowa                                                                                                                                                           | Łatwo strawna                                                                                                                                                                                           | Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów                                                                                                    |
| Śniadanie    | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Jajecznicza 100g<br>Pomidor 80g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                                             | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Jajecznicza 100g<br>Pomidor 80g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                                               | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Jajecznicza 100g<br>Pomidor 80g<br>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml                                               | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Ser biały ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Ser biały ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Ser biały ze szczypiorkiem i rzodkiewką 100g<br>Pomidor 50g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g |
| Obiad        | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml<br><br>Wątróbka drobiowa w sosie 150g<br>Ziemniaki 250g<br>kapusta czerwona 100g<br>Kompot owocowy 250ml                             | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml<br><br>Wątróbka drobiowa w sosie 150g<br>Ziemniaki 250g<br>kapusta czerwona 100g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                  | Zupa szpinakowa z ryżem 300ml<br><br>Wątróbka drobiowa w sosie 150g<br>Ziemniaki 250g<br>kapusta czerwona 100g<br>Kompot owocowy 250ml               | Zupa kalafiorowa 300ml<br><br>Klopsy w sosie pomidorowo-warzywnym 250g<br>Ziemniaki 250g<br>Kompot owocowy 250ml                                                     | Zupa kalafiorowa 300ml<br><br>Klopsy w sosie pomidorowo-warzywnym 250g<br>Ziemniaki 250g<br>Kompot owocowy 250ml                                                                                        | Zupa kalafiorowa 300ml<br><br>Klopsy w sosie pomidorowo-warzywnym 250g<br>Ziemniaki 250g<br>Kompot owocowy 250ml                                     |
| Podwieczorek | Jabłko 150g                                                                                                                                                        | Jabłko 150g                                                                                                                                                                                             | Jabłko 150g                                                                                                                                          | Mus owocowy bez cukru 250ml                                                                                                                                          | Mus owocowy bez cukru 250ml                                                                                                                                                                             | Mus owocowy bez cukru 250ml                                                                                                                          |
| Kolacja      | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa krakowska sucha 60g<br>Ser żółty 20g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa krakowska sucha 60g<br>Ser żółty 20g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Kiełbasa krakowska sucha 60g<br>Ser żółty 20g<br>Ogórek 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g | Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g<br>Masło 10g<br>Paszтет drobiowy 100g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g                 | Bułka pszenna długa krojona 40 g<br>Chleb mieszany pszenno-żytni 40g<br>Masło 10g<br>Paszтет drobiowy 100g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g                 | Chleb razowy 90 g<br>Masło 10g<br>Paszтет drobiowy 100g<br>Ogórek zielony 80g<br>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml<br>Cytryna 5 g                 |