

Matopiat

Posiłek	Poniedziałek			
	09.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Miód pszczeni wielokwiatowy 20 g Pomidor 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Miód pszczeni wielokwiatowy 20 g Pomidor (bez skóry) 80g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 15g (SOJ) Serek wiejski 1 szt. (MLE) Pomidor 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Miód pszczeni wielokwiatowy 20 g Pomidor (bez skóry) 80g Herbata
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Kapuśniak 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Gulasz wieprzowy po węgiersku duszony 150 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa ryżanka 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 200 g Gulasz wieprzowy po węgiersku duszony 150g (GLU, MLE, SEL) Woda	Kapuśniak 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza gryczana gotowana 200 g Gulasz wieprzowy po węgiersku duszony 150 g (GLU, MLE, SEL) Woda 20	Zupa ryżanka 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza jęczmienna gotowana 200 g Gulasz wieprzowy po węgiersku duszony 150 g (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 80 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2178 kcal Białko: 94,3 g Tłuszcze: 53 g W tym nasycone kw. tł.: 21,3 g Węglowodany: 333,5 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 7,1 g Błonnik: 33,1 g	Energia: 2026 kcal Białko: 84,7 g Tłuszcze: 44 g W tym nasycone kw. tł: 16,6 g Węglowodany: 334,3 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 8 g Błonnik: 27,9 g	Energia: 1861 kcal Białko: 106 g Tłuszcze: 52,1 g W tym nasycone kw. tł.: 22,2 g Węglowodany: 240,7 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 5,5 g Błonnik: 35,7 g	Energia: 2026 kcal Białko: 84,7 g Tłuszcze: 44 g W tym nasycone kw. tł: 16,6 g Węglowodany: 334,3 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 8 g Błonnik: 27,9 g

Posiłek	Wtorek 10.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Serek z ziołami 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE)	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE)	Maślanka (MLE) 200ml	Kasza manna na mleku 200 ml (MLE)
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Surówka koperkowa 100 g (GOR) Sos jasny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Surówka koperkowa 100 g (GOR) Sos jasny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Udko drobiowe pieczone 1 szt. Bukiet warzyw gotowanych 100 g Sos jasny 50ml (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 30 g (RYB, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata	Pieczywo mieszane 45g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 30 g (RYB, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 60g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 30 g (RYB, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony 40 g Herbata	Pieczywo mieszane 45 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 5g (MLE) Pasta rybna 30 g (RYB, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 15 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 40 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2033 kcal Białko: 107,2 g Tłuszcze: 54,4 g W tym nasycone kw. tł.: 17,9 g Węglowodany: 290,2 g W tym cukry: 50,5 g Sól: 6,5 g Błonnik: 39,1 g	Energia: 1981 kcal Białko: 103,3 g Tłuszcze: 56,1 g W tym nasycone kw. tł.: 22,4 g Węglowodany: 277,1 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 6 g Błonnik: 30 g	Energia: 1859 kcal Białko: 119,8 g Tłuszcze: 63,3 g W tym nasycone kw. tł.: 22,7 g Węglowodany: 206,65 g W tym cukry: 49,2 g Sól: 5,4 g Błonnik: 40 g	Energia: 1981 kcal Białko: 103,3 g Tłuszcze: 56,1 g W tym nasycone kw. tł.: 22,4 g Węglowodany: 277,1 g W tym cukry: 49,9 g Sól: 6 g Błonnik: 30 g

Posiłek	Środa 11.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 50g (MLE) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 80g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek ze szczypiorkiem 50 g (MLE) Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Twarożek 50 g (MLE) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Mus owocowy 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Mus owocowy 1 szt.
Obiad	Barszcz biały z kielbasą 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Barszcz biały 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Barszcz biały z kielbasą 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowo- drobiowy 100 g (GLU, JAJ) Warzywa gotowane 100 g Woda
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor (bez skóry) 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. (bez żółtka) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2267 kcal Białko: 96,6 g Tłuszcze: 66,7 g W tym nasycone kw. tł.: 22,5 g Węglowodany: 322,7 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 6,6 g Błonnik: 28,7 g	Energia: 2237 kcal Białko: 95,5 g Tłuszcze: 65,75 g W tym nasycone kw. tł.: 22,4 g Węglowodany: 322,3 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 7,7 g Błonnik: 23,4 g	Energia: 2082 kcal Białko: 111,5 g Tłuszcze: 74,4 g W tym nasycone kw. tł.: 28,8 g Węglowodany: 240,75 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 5,1 g Błonnik: 29,8 g	Energia: 2237 kcal Białko: 95,5 g Tłuszcze: 65,75 g W tym nasycone kw. tł.: 22,4 g Węglowodany: 322,3 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 7,7 g Błonnik: 23,4 g

Posiłek	Czwartek 12.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Galaretka drobiowa 150 g (SEL) Wędlina wieprzowa 15g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Galaretka drobiowa 150 g (SEL) Wędlina wieprzowa 15g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Galaretka drobiowa 150 g (SEL) Wędlina wieprzowa 15g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Galaretka drobiowa 150 g (SEL) Wędlina wieprzowa 15g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Kisiel owocowy 200 g	Kisiel owocowy 200 g	Kisiel owocowy 200 g	Kisiel owocowy 200 g
Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami (GLU, JAJ)100 g Surówka z ukraińska100 g (GOR) Sos jasny 50 ml(GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami (GLU, JAJ)100 g Marchewka gotowana100 g Sos jasny 50 ml(GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami (GLU, JAJ)100 g Surówka z ukraińska100 g (GOR) Sos jasny 50 ml(GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa pomidorowa z ryżem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Kotlet wieprzowy z warzywami (GLU, JAJ)100 g Marchewka gotowana100 g Sos jasny 50 ml(GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Ser żółty 30g (MLE) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120g(GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata

Matopat

Wartość odżywcza	Energia: 2322 kcal Białko: 107,5 g Tłuszcze: 78,6 g W tym nasycone kw. tł.: 23,8 g Węglowodany: 304,2 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 6,9 g Błonnik: 34,6 g	Energia: 2318 kcal Białko: 109,7 g Tłuszcze: 72 g W tym nasycone kw. tł.: 25,8 g Węglowodany: 320,9 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 8,2 g Błonnik: 31,4 g	Energia: 2042 kcal Białko: 103 g Tłuszcze: 73 g W tym nasycone kw. tł.: 22,75 g Węglowodany: 247,2 g W tym cukry: 50,6 g Sól: 5,2 g Błonnik: 37,5 g	Energia: 2318 kcal Białko: 109,7 g Tłuszcze: 72 g W tym nasycone kw. tł.: 25,8 g Węglowodany: 320,9 g W tym cukry: 51,9 g Sól: 8,2 g Błonnik: 31,4 g
------------------	---	---	--	---

Posiłek	Piątek 13.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. Wędlina wieprzowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Jajko gotowane 2 szt. (bez żółtka) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Herbatniki 30 g (GLU, JAJ)	Herbatniki 30 g (GLU, JAJ)	Kefir 200 ml (MLE)	Herbatniki 30 g (GLU, JAJ)
Obiad	Zupa minestrone 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby zapiekany z serem i pomidorem 100g (GLU, MLE, SEL) Surówka z ogórków kiszonych 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa minestrone 350 ml(GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowany 100 g (GLU, MLE, SEL) Kalafior gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa minestrone 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowany 100g (GLU, MLE, SEL) Surówka z ogórków kiszonych 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa minestrone 350 ml(GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Filet z ryby parowany 100 g (GLU, MLE, SEL) Kalafior gotowany 100 g Sos o smaku cytrynowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.

Matopat

Kolacja	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50 g (MLE, GOR) Serek z ziołami 30 g (MLE) Sałata 10 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50 g (6,10) Serek z ziołami 30 g (MLE) Sałata 10 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120g(GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50 g (MLE, GOR) Serek z ziołami 30 g (MLE) Sałata 10 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15 g (MLE) Pasta z ciecierzycy i ogórków kiszonych 50g (MLE, GOR) Serek z ziołami 30 g (MLE) Sałata 10 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2534 kcal Białko: 104 g Tłuszcze: 73,8 g W tym nasycone kw. tł.: 25,9 g Węglowodany: 368 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 7,7 g Błonnik: 37,9 g	Energia: 2216 kcal Białko: 92,7 g Tłuszcze: 60,3 g W tym nasycone kw. tł.: 21,4 g Węglowodany: 335 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5 g Błonnik: 33,7 g	Energia: 2229 kcal Białko: 100,7 g Tłuszcze: 70,4 g W tym nasycone kw. tł.: 25,3 g Węglowodany: 297 g W tym cukry: 51,3 g Sól: 5,8 g Błonnik: 39,7 g	Energia: 2216 kcal Białko: 92,7 g Tłuszcze: 60,3 g W tym nasycone kw. tł.: 21,4 g Węglowodany: 335 g W tym cukry: 51,8 g Sól: 5 g Błonnik: 33,7 g

Posiłek	Sobota 14.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g(GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Metka łososiowa 50g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Sałata 10 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Sałata 10 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Serek z ziołami 30g (MLE) Sałata 10 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Sałata 10 g Herbata
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Krem marchewkowy 350 ml (GLU, MLE,SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 350 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Krem marchewkowy 350 ml (GLU, MLE,SEL) Łazanki w sosie szpinakowym 350g (GLU, MLE, SEL) Woda	Krem marchewkowy 350 ml (GLU, MLE,SEL) Łazanki z kapustą i pieczarkami 150 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Krem marchewkowy 350 ml (GLU, MLE,SEL) Łazanki w sosie szpinakowym 350 g (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)

Matopiat

Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna na jogurcie 50 g (JAJ,MLE,GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna na jogurcie 50 g (JAJ,MLE,GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna na jogurcie 50 g (JAJ,MLE,GOR) Wędlina drobiowa 30 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2228 kcal Białko: 65,6 g Tłuszcze: 77,2 g W tym nasycone kw. tł.: 18,5 g Węglowodany: 331,3 g W tym cukry: 51,6 g Sól: 6,3 g Błonnik: 40 g	Energia: 2016 kcal Białko: 65,7 g Tłuszcze: 58,2 g W tym nasycone kw. tł.: 16,3 g Węglowodany: 316,6 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 5,7 g Błonnik: 31,4 g	Energia: 2104 kcal Białko: 74,2 g Tłuszcze: 89,9 g W tym nasycone kw. tł.: 26,65 g Węglowodany: 257,2 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 4,5 g Błonnik: 46 g	Energia: 2016 kcal Białko: 65,7 g Tłuszcze: 58,2 g W tym nasycone kw. tł.: 16,3 g Węglowodany: 316,6 g W tym cukry: 50,7 g Sól: 5,7 g Błonnik: 31,4 g

Matopat

Posiłek	Niedziela 15.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Hummus 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Obiad	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Rolada ze szpinakiem pieczona 100 g (SOJ) Bukiet warzyw gotowanych100 g Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa kalafiorowa 350ml(GLU,MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Rolada ze szpinakiem pieczona 100g(SOJ) Bukiet warzyw gotowanych100 g Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Rolada ze szpinakiem pieczona 100 g (SOJ) Bukiet warzyw gotowanych100 g Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa kalafiorowa 350 ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Rolada ze szpinakiem pieczona 100 g (SOJ) Bukiet warzyw gotowanych100 g Sos o smaku śmietankowym 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (MLE, GOR) Serek topiony 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (MLE, GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (MLE, GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (MLE, GOR) Wędlina wieprzowa 30 g (SOJ) Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2208 kcal Białko: 101,1 g Tłuszcze: 75,3 g W tym nasycone kw. tł.: 24,6 g Węglowodany: 287,1 g W tym cukry: 51,2 g Sól: 7,9 g Błonnik: 32,1 g	Energia: 2111 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcze: 69,3 g W tym nasycone kw. tł.: 21,6 g Węglowodany: 283,7 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 8,4 g Błonnik: 25,7 g	Energia: 2074 kcal Białko: 102,1 g Tłuszcze: 78,8 g W tym nasycone kw. tł.: 25 g Węglowodany: 244,3 g W tym cukry: 50,4 g Sól: 6,9 g Błonnik: 38,5 g	Energia: 2111 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcze: 69,3 g W tym nasycone kw. tł.: 21,6 g Węglowodany: 283,7 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 8,4 g Błonnik: 25,7 g

Posiłek	Poniedziałek 16.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 70 g (SOJ) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina drobiowa 50 g (SOJ) Miód pszczeli wielokwiatowy 20 g Ogórek świeży (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese 350 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese 350 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese 350 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa jarzynowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Makaron z sosem bolognese 350 g (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Jogurt owocowy 1 szt. (MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ, GOR) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ, GOR) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor 80 g (bez skóry) Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ, GOR) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta jajeczna 50 g (JAJ, GOR) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2124 kcal Białko: 78,6 g Tłuszcz: 67 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 309 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 4,7 g Błonnik: 26,1 g	Energia: 2160 kcal Białko: 79,7 g Tłuszcz: 66,6 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 320,9 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 5,75 g Błonnik: 22,8 g	Energia: 1862 kcal Białko: 83,8 g Tłuszcz: 66,2 g W tym nasycone kw. tł.: 23,8 g Węglowodany: 236,1 g W tym cukry: 49,5 g Sól: 3,9 g Błonnik: 29 g	Energia: 2160 kcal Białko: 79,7 g Tłuszcz: 66,6 g W tym nasycone kw. tł.: 22,1 g Węglowodany: 320,9 g W tym cukry: 50,9 g Sól: 5,75 g Błonnik: 22,8 g

Posiłek	Wtorek 17.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 70 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Paszтет drobiowo- warzywny 50 g (SOJ) Dżem brzoskwinowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200 ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml	Płatki owsiane na mleku (MLE) 200ml
Obiad	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU, MLE,SEL) Gołąbek niezawijany pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Krem z groszku zielonego 350 ml (GLU, MLE,SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Gołąbek niezawijany pieczony 100 g (GLU, JAJ) Sos pomidorowy z warzywami 100 ml (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Paprykarz 30 g (GLU, RYB, GOR) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Paprykarz 30 g (GLU, RYB, GOR) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Paprykarz 30 g (GLU, RYB, GOR) Sałata 10 g Herbata 25	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 50 g (SOJ) Paprykarz 30 g (GLU, RYB, GOR) Sałata 10 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2184 kcal Białko: 99 g Tłuszcz: 65 g W tym nasycone kw. tł.: 23,3 g Węglowodany: 310,6 g W tym cukry: 50,4 g Sól: 5,4 g Błonnik: 36,9 g	Energia: 2145 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcz: 64,1 g W tym nasycone kw. tł.: 23,3 g Węglowodany: 308 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 6,4 g Błonnik: 31,7 g	Energia: 2118 kcal Białko: 106,5 g Tłuszcz: 69,8 g W tym nasycone kw. tł.: 24,6 g Węglowodany: 271,4 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 3,65 g Błonnik: 43,7 g	Energia: 2145 kcal Białko: 97,2 g Tłuszcz: 64,1 g W tym nasycone kw. tł.: 23,3 g Węglowodany: 308 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 6,4 g Błonnik: 31,7 g

Posiłek	Środa 18.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa 70 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie 70 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie 70 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Sałatka jarzynowa na jogurcie 70 g (GLU, JAJ, MLE, GOR) Wędlina drobiowa 20 g (SOJ) Sałata 10 g Herbata
II śniadanie	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Obiad	Zupa z soczewicy 350 ml (GLU, MLE, SEL) Pyzy z mięsem 5 szt. (GLU, JAJ, SEL) Z cebulą Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (GLU, MLE, SEL) Pyzy z mięsem 5 szt. (GLU, JAJ, SEL) Sos warzywny 50 ml (GLU, JAJ, SEL) Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (GLU, MLE, SEL) Pyzy z mięsem 5 szt. (GLU, JAJ, SEL) Sos warzywny 50 ml (GLU, JAJ, SEL) Woda	Zupa z soczewicy 350 ml (GLU, MLE, SEL) Pyzy z mięsem 5 szt. (GLU, JAJ, SEL) Sos warzywny 50 ml (GLU, JAJ, SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem 30g (MLE) Ogórek kiszony 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 30g Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 30g Ogórek kiszony 80g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15 g (MLE) Parówki 2 szt. (SOJ) Serek z koperkiem (MLE) 30g Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2269 kcal Białko: 85,8 g Tłuszcz: 73,4 g W tym nasycone kw. tł.: 19,9 g Węglowodany: 322,5 g W tym cukry: 51,5g Sól: 6,4 g Błonnik: 31,2 g	Energia: 2220 kcal Białko: 84,55 g Tłuszcz: 70,4 g W tym nasycone kw. tł.: 20,8 g Węglowodany: 321,7 g W tym cukry: 51,3 g Sól: 7,4 g Błonnik: 26,3 g	Energia: 2078 kcal Białko: 80,3 g Tłuszcz: 72,6 g W tym nasycone kw. tł.: 21,5 g Węglowodany: 278,9 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 4,4 g Błonnik: 36,3 g	Energia: 2220 kcal Białko: 84,55 g Tłuszcz: 70,4 g W tym nasycone kw. tł.: 20,8 g Węglowodany: 321,7 g W tym cukry: 51,3 g Sól: 7,4 g Błonnik: 26,3 g

Posiłek	Czwartek 19.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Ser żółty 20 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata	Pieczywo pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g Herbata	Pieczywo pszenne 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlina wieprzowa 50 g (SOJ) Serek z koperkiem 30 g (MLE) Ogórek świeży 80 g (bez skóry) Herbata
II śniadanie	Budyń waniliowy (MLE) 200 ml	Budyń waniliowy (MLE) 200 ml	Maślanka 150 ml (MLE)	Budyń waniliowy (MLE) 200 ml
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 100 g Surówka Colesław 100 g (GOR) Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 100 g Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 100 g Surówka Colesław 100 g (GOR) Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa pomidorowa z makaronem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Skrzydółka drobiowe pieczone 100 g Brokuł gotowany 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE)	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Biszkopty 30 g (GLU, JAJ, MLE)
Kolacja	Pieczywo mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (JAJ,RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (JAJ,RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (JAJ,RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta rybna 50 g (JAJ,RYB, GOR) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 40 g Herbata

Matopat

Wartość odżywcza	Energia: 2239 kcal Białko: 91,9 g Tłuszcz: 68,4 g W tym nasycone kw. tł.: 22,6 g Węglowodany: 322,8 g W tym cukry: 51,7 g Sól: 7,1 g Błonnik: 28,5 g	Energia: 2141 kcal Białko: 86,6 g Tłuszcz: 65,4 g W tym nasycone kw. tł.: 23,5 g Węglowodany: 312,6 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 7,4 g Błonnik: 21,5 g	Energia: 1984 kcal Białko: 98,3 g Tłuszcz: 73,6 g W tym nasycone kw. tł.: 28,3 g Węglowodany: 233,8 g W tym cukry: 50,4 g Sól: 5,2 g Błonnik: 29,35 g	Energia: 2141 kcal Białko: 86,6 g Tłuszcz: 65,4 g W tym nasycone kw. tł.: 23,5 g Węglowodany: 312,6 g W tym cukry: 51,5 g Sól: 7,4 g Błonnik: 21,5 g
------------------	---	---	--	---

Posiłek	Piątek 20.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg w kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g Sałata 10 g Herbata	Pieczywo pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g Sałata 10 g Herbata	Pieczywo mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Twaróg z kostce 50 g (MLE) Wędlina drobiowa 30 g Sałata 10 g Herbata
II śniadanie	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Obiad	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) Woda	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) Woda	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) Woda	Zupa brokułowa 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba po grecku 150 g (GLU, JAJ, RYB, MLE) Woda
Podwieczorek	Mus owocowy 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Jogurt naturalny 1 szt. (MLE)	Mus owocowy 1 szt.

Matopat

Kolacja	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Serek topiony 50 g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50 g (MLE, GOR) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50 g (MLE, GOR) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z ciecierzycy 50 g (MLE, GOR) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Pomidor (bez skóry) 80g Herbata
Wartość odżywcza	Energia:2014 kcal Białko: 97,6 g Tłuszcz: 59,1 g W tym nasycone kw. tł.: 22,8 g Węglowodany: 282,75 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 6,5 g Błonnik: 37 g	Energia: 2000 kcal Białko: 95,5 g Tłuszcz: 53,8 g W tym nasycone kw. tł.: 16,1 g Węglowodany: 296,7 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 6,8 g Błonnik: 36,2 g	Energia: 1987 kcal Białko: 107,7 g Tłuszcz: 61,8 g W tym nasycone kw. tł.: 18,2 g Węglowodany: 255,1 g W tym cukry: 49,6 g Sól: 4,8 g Błonnik: 44,5 g	Energia: 2000 kcal Białko: 95,5 g Tłuszcz: 53,8 g W tym nasycone kw. tł.: 16,1 g Węglowodany: 296,7 g W tym cukry: 50,2 g Sól: 6,8 g Błonnik: 36,2 g

Posiłek	Sobota 21.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczyno pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50 g (MLE) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU, ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50g (MLE) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50g (MLE) Serek z koperkiem (MLE) 30g Pomidor 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Pasta z kurczaka 50g (MLE) Dżem truskawkowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)	Serek wiejski 1 szt. (MLE)	Serek homogenizowany 1 szt. (MLE)
Obiad	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym - duszone150 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym - duszone150 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym - duszone150 g (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa ziemniaczana krem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Kasza bulgur gotowana 200 g Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym - duszone150 g (GLU, MLE, SEL) Woda
Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.

Matopat

Kolacja	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Paszetowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 40g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Paszetowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Paszetowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony 80g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Paszetowa 20 g (SOJ) Ogórek kiszony (bez skóry) 80g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2151 kcal Białko: 99,3 g Tłuszcz: 63,3 g W tym nasycone kw. tł: 22,55 g Węglowodany: 306,1 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 4,4 g Błonnik: 38,7 g	Energia: 2120 kcal Białko: 98,1 g Tłuszcz: 62,4 g W tym nasycone kw. tł.: 22,45 g Węglowodany: 305,3 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 5,45 g Błonnik: 33,2 g	Energia:2137 kcal Białko: 94 g Tłuszcz: 72 g W tym nasycone kw. tł.: 27,2 g Węglowodany: 284,1 g W tym cukry: 50,3 g Sól: 3,5 g Błonnik: 43,8 g	Energia: 2120 kcal Białko: 98,1 g Tłuszcz: 62,4 g W tym nasycone kw. tł.: 22,45 g Węglowodany: 305,3 g W tym cukry: 51,1 g Sól: 5,45 g Błonnik: 33,2 g

Posiłek	Niedziela 22.03.2026			
	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu
Śniadanie	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczyno pszenno – żytnie 120 g (GLU,ŻYT, SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 70 g (SOJ) Pomidor 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna drobiowa 50 g (SOJ) Dżem brzoskwiniowy, niskosłodzony 20 g Pomidor (bez skóry) 80 g Herbata
II śniadanie	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.	Jogurt naturalny (MLE) 1 szt.	Jogurt owocowy (MLE) 1 szt.
Obiad	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Devolay drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchewka z groszkiem gotowana 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Devolay drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchewka z groszkiem gotowana 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Devolay drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchewka z groszkiem gotowana 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda	Zupa krupnik z kuskusem 350 ml (GLU, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane 200 g Devolay drobiowy pieczony 100 g (GLU, JAJ) Marchewka z groszkiem gotowana 100 g Sos jasny 50 ml (GLU, MLE, SEL) Woda

Matopat

Podwieczorek	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.	Owoc 1 szt.
Kolacja	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g Jajko gotowane 2 szt. Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g Jajko gotowane 2 szt. Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata	Pieczyno pszenno-żytnie 120 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Ogórek kiszony 80 g Herbata	Pieczyno mieszane 90 g (GLU,ŻYT,SOJ) Masło 15g (MLE) Wędlna wieprzowa 30 g (SOJ) Jajko gotowane 2 szt. Ogórek kiszony (bez skóry) 80 g Herbata
Wartość odżywcza	Energia: 2302 kcal Białko: 101,6 g Tłuszcz: 65,5 g W tym nasycone kw. tł.: 25,4 g Węglowodany: 333,1 g W tym cukry: 52,2 g Sól: 6,3 g Błonnik: 34,3 g	Energia: 2272 kcal Białko: 100,5 g Tłuszcz: 64,6 g W tym nasycone kw. tł.: 25,3 g Węglowodany: 332,8 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 7,3 g Błonnik: 29,1 g	Energia: 2018 kcal Białko: 101,3 g Tłuszcz: 64,3 g W tym nasycone kw. tł.: 27,1 g Węglowodany: 260,75 g W tym cukry: 50,8 g Sól: 4,9 g Błonnik: 36,8 g	Energia: 2272 kcal Białko: 100,5 g Tłuszcz: 64,6 g W tym nasycone kw. tł.: 25,3 g Węglowodany: 332,8 g W tym cukry: 52,3 g Sól: 7,3 g Błonnik: 29,1 g

Dzień tygodnia	Receptury, składniki
Poniedziałek 09.03.26	Kapuśniak: Składniki: Kapusta kiszona, ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Gulasz po węgiersku: Składniki: mięso wieprzowe z łopatki, cebula, papryka, pieczarka, marchew, pulpa pomidorowa, sól, pieprz, czosnek, liść laurowy, ziele angielskie
Wtorek 10.03.26	Zupa brokułowa: brokuł, włoszczyzna, ziemniaki, woda, mąka ziemniaczana, kremówka łosicka, woda, czosnek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

	Surówka koperkowa: Składniki: kapusta biała, majonez, kukurydza konserwowa (kukurydza, ocet spirytusowy, sól), cukier, sól, kwas cytrynowy- regulator kwasowości Pasta rybna: Ryba/ makrela wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz Majonez: olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet spirytusowy, ocet winny, gorczyca, woda, cukier, sól
Środa 11.03.26	Twarożek ze szczypiorkiem: Składniki: Ser twarogowy, półtłusty, jogurt naturalny/ majonez, szczypiorek Barszcz biały z kielbasą Składniki: żurek na naturalnym zakwasie, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, kremówka łosicka (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen, aromat śmietankowy, barwnik (E160a), kielbasa, woda, ziele angielskie, Liść laurowy, suszona, pieprz czarny, sól biała Makaron z twarogiem półtłustym i sosem owocowym na gorąco- składniki: truskawki mrożone, kisiel
Czwartek 12.03.26	Zupa pomidorowa z ryżem Koncentrat pomidorowy, ryż biały, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól Kotlet wieprzowy z warzywami: Składniki: Mięso wieprzowe- łopatka, włoszczyzna, bułka tarta, pieprz, sól, jajka Galaretka drobiowa: Składniki: żelatyna, włoszczyzna, groszek, kukurydza, sól, pieprz, przyprawy ziołowe Surówka ukraińska Kapusta czerwona, majonez, cukier, czosnek, sól, kwas cytrynowy- regulator kwasowości
Piątek 13.03.26	Zupa minestrone: Składniki: Cukinia, ziemniaki, papryka, pomidor, pulpa pomidorowa, fasola szparagowa, mąka ziemniaczana, sól, pieprz, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy. Sos o smaku cytrynowym- koperkowym Składniki: mąka ziemniaczana, zaprawa cytrynowa (Woda, sok cytrynowy z koncentratu 4%, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, substancja konserwująca: benzoesan sodu, przeciwutleniacze: kwas askorbinowy, aromat, barwnik luteina), włoszczyzna paski, kremówka łosicka (wyrób śmietanopodobny)- Mleko odtłuszczone, oleje roślinne (palmowy, kokosowy), śmietanka, emulgator (mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych), celuloza, karagen,

	aromat śmietankowy, barwnik (E160a), Koper Surówka z ogórka kiszzonego: Składniki: ogórek kiszony, papryka konserwowa, kukurydza konserwowa, olej rzepakowy, koper, pieprz
Sobota 14.03.26	Pasta jajeczna: Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez, sól, pieprz Majonez składniki: olej rzepakowy, woda, żółtko jaja, cukier, ocet spirytusowy, ocet winny, sól, gorczyca Serek ze koperkiem: składniki: ser kanapkowy i dodany koperek Zupa krem z marchewki Składniki: marchew, mąka pszenna, typ 500, mąka ziemniaczana, sól biała, kremówka łosicka, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, ziemniaki, cukier, Liść laurowy, suszony Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami Makaron łazanki, kiszona kapusta, pieczarki, cebula, sól, pieprz, czosnek Łazanki w sosie szpinakowym Makaron łazanki, szpinak, kremówka łosicka, sól, pieprz, czosnek, majeranek
Niedziela 15.03.26	Zupa kalafiorowa: Składniki: kalafior, włoszczyzna, ziemniaki, mąka ziemniaczana, kremówka łosicka, woda, czosnek, sól, pieprz Sos o smaku śmietankowym: Składniki: kremówka łosicka, mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała, majeranek Rolada ze szpinakiem pieczona: Składniki: Mięso wieprzowe- łopatka, szpinak, bułka tarta, pieprz, sól, jajka Pasta z mięsa wieprzowego Składniki: Mięso z mięsa wieprzowego, masło, sól, pieprz
Poniedziałek 16.03.26	Pasta jajeczna: Składniki: Jajka gotowane, jogurt naturalny/ majonez, sól, pieprz Majonez składniki: olej rzepakowy, woda, żółtko jaja, cukier, ocet spirytusowy, ocet winny, sól, gorczyca Serek ze koperkiem: składniki: ser kanapkowy i dodany koperek Zupa jarzynowa: Składniki: Ziemniaki, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łosicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól
Wtorek 17.03.26	Sos pomidorowy z warzywami: Składniki: koncentrat pomidorowy, włoszczyzna, Majeranek, suszone, mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała Gołąbek niezawijany:

	Składniki: Mięso wieprzowe, ryż biały, bułka tarta, pieprz, sól, jajka Krem z zielonego groszku: Składniki: Groszek zielony, ziemniaki, seler, kremówka łośicka, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, oliwa z oliwek, pieprz, sól, czosnek, ziele angielskie, liść laurowy
Środa 18.03.26	Salatka jarzynowa: Składniki: majonez, kukurydza, konserwowa, sól biała, włoszczyzna krojona w paski, ziemniaki, jajka Zupa z soczewicy Soczewica czerwona, ziemniaki, marchew, papryka, mąka ziemniaczana, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, w kostkę, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz. Sos warzywny: Składniki: Majeranek, suszone, mąka pszenna, włoszczyzna, pieprz czarny, sól biała Pyzy z mięsem: ziemniaki, mąka ziemniaczana, jajka, sól, mięso mielone (wieprzowe), cebula, czosnek, majeranek suszony, sól i czarny pieprz, masło
Czwartek 19.03.26	Pasta rybna: Ryba/ makreła wędzona, włoszczyzna, majonez, sól, pieprz Majonez: olej rzepakowy, żółtko jaja, ocet spirytusowy, ocet winny, gorczyca, woda, cukier, sól Sos jasny: Składniki: mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała, majeranek Surówka Colesław: Składniki: Kapusta biała, dressing colesław, cebula, cukier, sól, marchew, kwas cytrynowy Zupa pomidorowa z makaronem Koncentrat pomidorowy, makaron biały, mąka pszenna, kremówka łośicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól
Piątek 20.03.26	Pasta z ciecierzycy i ogórka kiszzonego: Składniki: Ciecierzycza zalewa, ogórek kiszony, rzodkiewka, majonez, sól, pieprz Zupa brokułowa: brokuł, włoszczyzna, ziemniaki, woda, mąka ziemniaczana, kremówka łośicka, woda, czosnek, sól, pieprz, ziele angielskie, liść laurowy

	Ryba po grecku: Składniki: Dorsz świeży, filety bez skóry, mąka pszenna, typ 500, olej rzepakowy, przecier pomidorowy, włoszczyzna krojona w paski, cukier, ziele angielskie, liść laurowy suszony, sól, pieprz, czosnek
Sobota 21.03.26	Zupa ziemniaczana krem: Ziemniaki, mąka ziemniaczana, , mąka pszenna, kremówka losicka, włoszczyzna krojona w paski, woda, ziele angielsk Żołądki drobiowe w sosie pomidorowym z warzywami Żołądki drobiowe, sos o smaku śmietankowym: kremówka losicka , mąka ziemniaczana, włoszczyzna, ziele angielskie, liść laurowy, woda, sól, pieprz, majeranek Pasta z kurczaka Mięso z ud kurczaka, majonez, włoszczyzna krojona, sól, pieprze, liść laurowy, sól
Niedziela 22.03.26	Krupnik z kuskusem: Składniki: Kasza kuskus, ziemniak, włoszczyzna, woda, ziele angielskie, liść laurowy, sól, pieprz Devolay Składniki: Mięso drobiowe, bułka tarta, pieprz, sól, jajka Sos jasny: Składniki: mąka pszenna, pieprz czarny, sól biała, majeranek

Lista alergenów

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenney,
 SKO - Skorupiaki i pochodne,
 RYB - Ryby i pochodne,
 OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
 GOR - Gorczyca i produkty pochodne,

Matopat

SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,
JAJ - Jaja i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,

Gotowe produkty- składniki

Chleb pszenny:

Składniki: mąka pszenna typ 750 (52,1%), woda, mąka żytnia typ 720 (9,8%), drożdże piekarskie, środek wypiekowy: stabilizator: węglan wapnia, emulgator E 472 e, mąka sojowa, środek do przetwarzania mąki: kwas askorbinowy, zakwas- woda, mąka żytnia, kwas mlekowy, octowy, otręby pszenne, emulgator lecytyny (ze słonecznika), sól, przyprawy, słód żytni

Chleb razowy- pszenno- żytni (pieczywo mieszane żytnio- pszenne)

Składniki: mąka żytnia- razowa typ 2000 (36,9%), mąka pszenna (typ 750 (33,4%), woda, mąka żytnia typ 720 (6,1%), drożdże piekarskie, sól, olej rzepakowy, środek wypiekowy – stabilizator- węglan wapnia, emulgator E 472 e, mąka sojowa, środki do przetwarzania mąki, kwas askorbinowy.

Serek kanapkowy: twaróg do wypieków

Składniki: twaróg (mleko, śmietanka, bakterie fermentacji mlekowej, podpuszka), skrobia modyfikowana kukurydziana, substancja konserwująca: sorbinian potasu

Serek topiony: Gouda

Ser 50% (w tym gouda 55%), woda, masło, sole emulgujące: E 339, E450, E 452, sól

Ser żółty:

Mleko pasteryzowane, sól, stabilizator- chlorek wapnia, kultury bakterii, podpuszka mikrobiologiczna

Bianka Pierś gotowana z indyka

Matopat

Mięso z fileta z piersi indyka 56%, woda, skrobia ziemniaczana, skrobia grochowa, substancje żelujące: E 407, stabilizatory: E 451: regulator kwasowości: E 331: błonnik pszenny, bezglutenowy), sól, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacz: E 316, ekstrakty drożdżowe, aromaty, substancje konserwujące: azotyn sodu.

Szynka mocno wędzona

Mięso wieprzowe 76%, woda, sól, izolat białka sojowego, stabilizatory: E 451, E 452, substancja zagęszczająca: E 407, E415, cukier gronowy, maltodekstryna, dekstroza, laktoza, glukoza, wzmacniacze smaku: E 621, E635, przeciwutleniacze: E 316, aromaty, białko zwierzęce wieprzowe, ekstrakty drożdżowe, ekstrakty ziół, aromat dymu wędzarniczego, hydrolizat białka sojowego, syrop cukrowy, substancja konserwująca: E 250

Półdwica Ani

Produkt drobiowy z dodatkiem surowców wieprzowych z połączonych kawałków mięsa, parzony, w osłonce niejadalnej. Składniki: woda, filet z kurczaka 36%, skrobia, skórki wieprzowe 5%, białko sojowe, sól, białko wieprzowe, substancje zagęszczające (karagen, koniak), maltodekstryna, glukoza, stabilizatory (trifosforany, octany sodu), wzmacniacz smaku (glutaminian monosodowy), aromaty, przeciwutleniacz (izoaskorbinian sodu), substancja konserwująca (azotyn sodu)

Pierś wędzona

Wędlina drobiowa, z połączonych kawałków mięsa, wędzona, parzona. Zawiera wodę dodaną. Produkt z osłonce kolagenowej wołowej, jadalnej, siatce niejadalnej. Składniki: filet z piersi indyka 37%, filet z piersi kurczaka 30%, woda, substancje żelujące: E407, stabilizatory: E451, błonnik pszenny, bezglutenowy, regulator kwasowości: E331, skrobia grochowa, przeciwutleniacz E 316, skrobia ziemniaczana, sól, substancja zagęszczająca: E 1422, maltodekstryna, wzmacniacz smaku E621, E 627, 631, aromaty, hydrolizat białka słonecznikowego, substancje konserwujące: azotyn sodu

Pasztet indykpol

Pasztet drobiowy, drobnorozdrobniony, pieczony. Składniki: mięso oddzielone mechanicznie 52% (w tym z indyka 26%, z kurczaka 26%), skóry drobiowe, kasza manna (z pszenicy), wątroba drobiowa 6,6%, skrobia ziemniaczana, sól, jaja kurze w proszku, białko sojowe, przyprawy (w tym seler), ekstrakt selera, olej rzepakowy, hydrolizat białka sojowego, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacz: E 316, regulator kwasowości: E 262, substancje konserwujące: E 202, E 214

Metka lososiowa: kielbasa surowa metka lososiowa

Składniki: tłuszcz wieprzowy, mięso wieprzowe 22,9%, tkanka łączna wieprzowa, woda 4%, substancja konserwująca: azotyn sodu, cukier, przyprawy (w tym skorupiaki, ryby, laktoza z mleka), sól, aromat dymu wędzarniczego, aromaty

Pasztetowa firmowa- wędlina wieprzowo- drobiowa, podrobowa, parzona, produkt w osłonce niejadalnej

Składniki: surowce wieprzowe 49% (tłuszcz wieprzowy, mięso z głów wieprzowych, skórki wieprzowe, wątroba wieprzowa 2%), woda, wątroba z kurczaka 8%, kasza manna (z pszenicy), skrobia ziemniaczana, sól, emulgatory: mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych, mono i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem cytrynowym, cebula smażona (cebula, olej rzepakowy, mąka pszenna, sól), przyprawy, regulatory kwasowości: mleczan potasu, octany potasu: wzmacniacz smaku: glutaminian monosodowy, ekstrakty przypraw (zawierają seler), aromaty, stabilizator: cytryniany sodu, białko wieprzowe, białko sojowe, przeciwutleniacz: kwas askorbinowy, substancja konserwująca: azotyn sodu

Matopat

Dżem brzoskwiniowy:

Brzoskwinia, (35%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyna, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, cytryniany sodu, substancje zagęszczające: guma guar, guma ksantanowa, substancje konserwujące: benzoesan sodu, sorbinian potasu

Dżem truskawkowy:

truskawki, (35%, cukier, woda, substancja żelująca: pektyna, regulatory kwasowości: kwas cytrynowy, cytryniany sodu, substancje zagęszczające: guma guar, guma ksantanowa, substancje konserwujące: benzoesan sodu, sorbinian potasu

Parówki nowojorskie:

Mięso wieprzowe 69%, woda, konserwant białka sojowego, skrobia, błonnik ziemniaczany, sól, tłuszcz wieprzowy, regulatory kwasowości octany potasu, białko wieprzowe, skrobia modyfikowana, stabilizatory: difosforany, trifosforany, cytryniany sodu, octany sodu, wzmacniacze smaku: glutaminian monosodowy, 5- rybonukleotydy disodowe: substancje zagęszczające: guma guar, guma celulozowa, karagen, ekstrakty przypraw, glukoza, aromaty, przeciwutleniacze: askorbinian sodu: substancja konserwująca: azotyn sodu.

Schab morliński

Schab wieprzowy wędzony parzony dodaną wodą

Składniki: mięso wieprzowe (82%), woda, sól, cukier, glukoza, stabilizatory (cytryniany sodu, trifosforany), aromat, białko wieprzowe kolagenowe, przeciwutleniacz (izoaskorbinian sodu), aromat dymu wędzarniczego, substancja konserwująca (azotyn sodu)

Serdelki drobiowe

Kiełbasa drobiowa, homogenizowana z dodatkiem, z dodatkiem białka wieprzowego, parzona w osłonce niejadalnej

Składniki: mięso oddzielone mechanicznie z kurczaka 44%, woda, skórki z kurczaka, skrobia, sól, białko sojowe, glukoza, białko wieprzowe, skrobia modyfikowana, regulatory kwasowości: E 261, E326, substancje zagęszczające: E 407, E 412, E466, wzmacniacze smaku: E621, E635, stabilizatory: E331, E451, E450, przyprawy, ekstrakty przypraw, aromaty, przeciwutleniacze: E316, E301, substancja konserwująca: E250.

Serdelki drobiowe z wieprzowiną- wyrób drobiowo- wieprzowy, homogenizowany, parzony z kurczaka 38%, woda, tkanka łączna z kurczaka, mięso z kurczaka 7%, tłuszcz z kurczaka, skrobia ziemniaczana, mięso wieprzowe 3%, tkanka łączna wieprzowa, kasza manna z ziarnami pszenicy (zboża zawierające gluten), sól, tłuszcz wieprzowy, stabilizatory: E 451, E331, maltodekstryna, hydrolizat i izolat białka sojowego, wzmacniacz smaku: E 621, przeciwutleniacze: E316, E301, przyprawy, aromaty, błonnik sojowy, substancje zagęszczające: E 407, E 412, regulator kwasowości: E 262, glukoza, olej rzepakowy, środek żelujący: E 508, substancja konserwująca E 250

Zaprawa cytrynowa:

Woda, sok cytrynowy z koncentratu 4%, regulator kwasowości, kwas cytrynowy, substancja konserwująca: benzoesan sodu, przeciwutleniacze: kwas askorbinowy, aromat, barwnik luteina

Matopat

Paprykarz szczeciński:

Woda, 31% szprot rozdrobniony złowione w Morzu Bałtyckim, ryż, koncentrat pomidorowy, cebula, błonnik pszenny bezglutenowy, błonnik grochowy, sól, ocet spirytusowy, olej rzepakowy, papryka chilli mielona, aromat papryki, gorczyca

Serek wiejski:

Twaróg ziarnisty, śmietanka pasteryzowana, sól

Serek farmerski ziarnisty ze śmietanką

Ser twarogowy ziarnisty, śmietanka, sól

Serek homogenizowany:

Mleko, śmietanka, cukier, naturalny aromat waniliowy, kultury bakterii mlekowych

Jogurt owocowy:

Mleko, cukier, skrobia modyfikowana, truskawki (2%), białka mleka, żelatyna wołowa, aromat, barwnik: karmin, żywe kultury bakterii

Kefir:

Mleko odtłuszczone, żywe kultury bakterii i drożdży kefirowych

Hummus:

Pasta z ciecierzycy i sezamu

Składniki: ciecierzycza gotowana 54% (ciecierzyca, woda), woda, olej rzepakowy, pasta sezamowa tahini 10%, ocet spirytusowy, sól, czosnek suszony, kmin rzymski, regulator kwasowości: kwas cytrynowy