10.08.2026 (poniedziałek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Koktajl mleczno-bananowy (MLE)	1 porcja (200ml)

Obiad

Zupa marchewkowa z ziemniakami mix (SEL, MLE)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1881 kcal
Białko ogółem: 93,73 g
Tłuszcz: 69,84 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23,7 g
Węglowodany ogółem: 214,21 g
Błonnik pokarmowy: 17,46 g

11.08.2026 (wtorek)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kasza manna na mleku z musem truskawkowym (MLE, GLU)	1 porcja (150g)

Obiad

Zupa cukiniowa z ziemniakami, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1788 kcal
Białko ogółem: 89,6 g
Tłuszcz: 61,77 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21,21 g
Węglowodany ogółem: 227,11 g
Błonnik pokarmowy: 18,37 g

12.08.2026 (środa)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kefir (MLE)	1 opakowanie (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)

Obiad

Zupa z mięsem mielonym z ryżem, niezabielana, mix	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1853 kcal
Białko ogółem: 103,86 g
Tłuszcz: 65,22 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25,27 g
Węglowodany ogółem: 207,57 g
Błonnik pokarmowy: 18,03 g

13.08.2026 (czwartek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Koktajl mleczno-bananowy (MLE)	1 porcja (200ml)

Obiad

Zupa selerowa z ziemniakami, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1651 kcal
Białko ogółem: 86,58 g
Tłuszcz: 57,33 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21,31 g
Węglowodany ogółem: 205,79 g
Błonnik pokarmowy: 17,19 g

14.08.2026 (piątek)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kefir (MLE)	1 opakowanie (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)

Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1956 kcal
Białko ogółem: 100,89 g
Tłuszcz: 70,18 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24,92 g
Węglowodany ogółem: 225,24 g
Błonnik pokarmowy: 18,54 g

15.08.2026 (sobota)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Koktajl mleczno-bananowy (MLE)	1 porcja (200ml)

Obiad

Zupa ziemniaczana mix (SEL)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1745 kcal
Białko ogółem: 94,12 g
Tłuszcz: 63,03 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23,03 g
Węglowodany ogółem: 209,15 g
Błonnik pokarmowy: 17,31 g

16.08.2026 (niedziela)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Maślanka naturalna (MLE)	1 porcja (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)

Obiad

Rosół z makaronem, mix (SEL, GLU)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna: 1903 kcal
Białko ogółem: 102,39 g
Tłuszcz: 64,82 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22,99 g
Węglowodany ogółem: 222,1 g
Błonnik pokarmowy: 17,59 g

17.08.2026 (poniedziałek)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kasza manna na mleku z musem truskawkowym (MLE, GLU)	1 porcja (150g)

Obiad

Krupnik z ziemniakami mix (SEL, GLU)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1810 kcal
Białko ogółem: 95,48 g
Tłuszcz: 60,15 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20,76 g
Węglowodany ogółem: 230,61 g
Błonnik pokarmowy: 18,15 g

18.08.2026 (wtorek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kefir (MLE)	1 opakowanie (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)

Obiad

Barszcz czerwony z ziemniakami, zabielany jogurtem, mix (SEL, MLE)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1807 kcal
Białko ogółem: 96,98 g
Tłuszcz: 61,51 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23,43 g
Węglowodany ogółem: 213 g
Błonnik pokarmowy: 22,66 g

19.08.2026 (środa)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Koktajl mleczno-bananowy (MLE)	1 porcja (200ml)

Obiad

Zupa ryżowa z kurczakiem i cukinią, mix	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1741 kcal
Białko ogółem: 87,93 g
Tłuszcz: 62,33 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21,63 g
Węglowodany ogółem: 214,46 g
Błonnik pokarmowy: 14,79 g

20.08.2026 (czwartek)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kefir (MLE)	1 opakowanie (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)

Obiad

Rosół z makaronem, mix (SEL, GLU)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1840 kcal
Białko ogółem: 99,59 g
Tłuszcz: 65,2 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24,61 g
Węglowodany ogółem: 208,1 g
Błonnik pokarmowy: 17,06 g

21.08.2026 (piątek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Kasza manna na mleku z musem jabłkowym (MLE, GLU)	1 porcja (150g)

Obiad

Zupa ziemniaczana mix (SEL)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1782 kcal
Białko ogółem: 94,27 g
Tłuszcz: 67,44 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22,89 g
Węglowodany ogółem: 207,95 g
Błonnik pokarmowy: 17,02 g

22.08.2026 (sobota)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie(150g)

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze:

Wartość energetyczna: 1800 kcal
Białko ogółem: 99,63 g
Tłuszcz: 68,56 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24,22 g
Węglowodany ogółem: 190,45 g
Błonnik pokarmowy: 17,3 g

23.08.2026 (niedziela)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE, GLU)	1 porcja (250g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	¾ szklanki (200ml)

II śniadanie

Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)
Kefir (MLE)	1 opakowanie (200ml)

Obiad

Rosół z makaronem, mix (SEL, GLU)	1 porcja (350g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1759 kcal
Białko ogółem: 94,64 g
Tłuszcz: 63,85 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23,55 g
Węglowodany ogółem: 209,75 g
Błonnik pokarmowy: 17,06 g