16.11.2026 (poniedziałek)

Śniadanie	
Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
II śniadanie	
Koktajl mleczno-bananowy, mix (MLE)	1 porcja (250ml)
Obiad	
Zupa selerowa z ziemniakami, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)
Kolacja	
Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1959 kcal
Białko ogółem: 104,84 g
Tłuszcz: 69,77 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17,72 g
Węglowodany ogółem: 227,94 g
Błonnik pokarmowy: 27,63 g

17.11.2026 (wtorek)

Śniadanie	
Zupa mleczna z ryżem mix (MLE)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
II śniadanie	
Kasza manna na mleku z musem truskawkowym (MLE, GLU)	1 porcja (150g)
Obiad	
Zupa jarzynowa z makaronem mix (SEL, GLU)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)
Kolacja	
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)

Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 2012 kcal
Białko ogółem: 98,9 g
Tłuszcz: 61,37 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14,88 g
Węglowodany ogółem: 279,03 g
Błonnik pokarmowy: 24,69 g

18.11.2026 (środa)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

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

Obiad

Grysikowa, mix (SEL, GLU)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 2050 kcal
Białko ogółem: 103,12 g
Tłuszcz: 70,66 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17,61 g
Węglowodany ogółem: 250,41 g
Błonnik pokarmowy: 26,49 g

19.11.2026 (czwartek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

Koktajl mleczno-bananowy, mix (MLE)	1 porcja (250ml)

Obiad

Zupa pomidorowa z ryżem, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 2029 kcal
Białko ogółem: 100,76 g
Tłuszcz: 68,56 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16,72 g
Węglowodany ogółem: 265,82 g
Błonnik pokarmowy: 25,98 g

20.11.2026 (piątek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

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

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1960 kcal
Białko ogółem: 103,8 g
Tłuszcz: 71,17 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17,8 g
Węglowodany ogółem: 226,68 g
Błonnik pokarmowy: 28,2 g

21.11.2026 (sobota)

Śniadanie	
Zupa mleczna z ryżem mix (MLE)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
II śniadanie	
Koktajl mleczno-bananowy, mix (MLE)	1 porcja (250ml)
Obiad	
Zupa cukiniowa z ziemniakami, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)
Kolacja	
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1939 kcal
Białko ogółem: 102,78 g
Tłuszcz: 69,25 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16,96 g
Węglowodany ogółem: 239,02 g
Błonnik pokarmowy: 25,9 g

22.11.2026 (niedziela)

Śniadanie	
Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
II śniadanie	
Maślanka naturalna (MLE)	1 porcja (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)
Obiad	
Rosół z ryżem, mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)
Kolacja	
Serek homogenizowany, naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 2060 kcal
Białko ogółem: 105,35 g
Tłuszcz: 70,07 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16,08 g
Węglowodany ogółem: 251,54 g
Błonnik pokarmowy: 26,24 g

23.11.2026 (poniedziałek)

Śniadanie	
Zupa mleczna z ryżem mix (MLE)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
II śniadanie	
Kasza manna na mleku z musem truskawkowym (MLE, GLU)	1 porcja (150g)
Obiad	
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)
Kolacja	
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (350g)

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1848 kcal
Białko ogółem: 95,2 g
Tłuszcz: 66,25 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15,26 g
Węglowodany ogółem: 230,96 g
Błonnik pokarmowy: 25,23 g

24.11.2026 (wtorek)

Śniadanie	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)
II śniadanie	
Kefir (MLE)	1 opakowanie (200ml)
Jabłko gotowane, przetarte	1 porcja (180g)
Obiad	
Zupa selerowa z makaronem, niezabielana, mix (SEL, GLU)	1 porcja (400g)

Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1993 kcal
Białko ogółem: 104,51 g
Tłuszcz: 65,87 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17,35 g
Węglowodany ogółem: 247,08 g
Błonnik pokarmowy: 29,52 g

25.11.2026 (środa)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

Koktajl mleczno-bananowy, mix (MLE)	1 porcja (250ml)

Obiad

Zupa z mięsem mielonym z ryżem, niezabielana, mix	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1959 kcal
Białko ogółem: 102,97 g
Tłuszcz: 61,61 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17 g
Węglowodany ogółem: 259,21 g
Błonnik pokarmowy: 21,59 g

26.11.2026 (czwartek)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

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

Obiad

Zupa ziemniaczana mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1945 kcal
Białko ogółem: 98,17 g
Tłuszcz: 68,61 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17,23 g
Węglowodany ogółem: 234,04 g
Błonnik pokarmowy: 26,96 g

27.11.2026 (piątek)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą jaglaną mix (MLE)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

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

Obiad

Zupa szpinakowa z ryżem, niezabielana, mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1992 kcal
Białko ogółem: 99,67 g
Tłuszcz: 62,43 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15,07 g
Węglowodany ogółem: 271,93 g
Błonnik pokarmowy: 27,34 g

28.11.2026 (sobota)

Śniadanie

Zupa mleczna z ryżem mix (MLE)	1 porcja (300g)
Budyń waniliowy (MLE, GLU)	1 porcja (200g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 szklanki (200ml)

II śniadanie

Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Banan	1 sztuka (120g)

Obiad

Zupa jarzynowa z ziemniakami mix (SEL)	1 porcja (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1973 kcal
Białko ogółem: 101,65 g
Tłuszcz: 68,49 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17,01 g
Węglowodany ogółem: 237,38 g
Błonnik pokarmowy: 26,16 g

29.11.2026 (niedziela)

Śniadanie

Zupa mleczna z kaszą manną mix (MLE, GLU)	1 porcja (300g)
Jogurt naturalny (MLE)	1 opakowanie (150g)
Herbata czarna, napar bez cukru	3/4 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 (400g)
Kompot jabłkowy	1 porcja (200ml)

Kolacja

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

Wartości odżywcze

Wartość energetyczna: 1953 kcal
Białko ogółem: 97,81 g
Tłuszcz: 67,45 g
Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14,67 g
Węglowodany ogółem: 251,85 g
Błonnik pokarmowy: 26,12 g