

Jadłospis – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 19.08.26 – 28.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Środa 2026-08-19

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Razem E: 2025.2 kcal | B 100.1 g | T 68.4 g | W 267.8 g | SFA 27.1 g | Cukry 75.3 g | Sól 6.9 g | Błonnik 32.9 g

Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)
herbata czarna, napar bez cukru P 250g;
jabłko 150g; pomidory, czerwone 50g;
chleb zwykły P 40g; (1)
Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10)
Chleb żytni razowy P 40g; (1)
masło ekstra 82% P 15g; (7)
sałata masłowa 5g;

Marchwiowa z cukinią i makaronem PCZ 250g (1, 7, 9)
Filet z piersi kurczaka duszony w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)
Bukiet warzyw gotowany P 120g
ziemniaki P 150g;

Pasta z makreli wędzonej P 70g (3, 4, 10)
Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)
nektarynka świeża P 150g;
chleb zwykły P 50g; (1)
Chleb żytni razowy P 50g; (1)
Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10)
masło ekstra 82% P 15g; (7)
sałata masłowa P 5g;

koktajl białkowy z truskawkami P 250g (1, 7)

jogurt naturalny P 150g; (7)

dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Razem E: 1946.3 kcal | B 88.3 g | T 64.6 g | W 265.8 g | SFA 30.6 g | Cukry 87.9 g | Sól 5.1 g | Błonnik 27.3 g

Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 150g; chleb zwykły P 80g; (1)
pomidory, czerwone 50g;
Kiełbasa szynkowa P 40g; (1, 2, 7, 9, 10)
masło ekstra 82% P 20g; (7)
sałata masłowa 5g;

Marchwiowa z cukinią i makaronem PCZ 250g (1, 7, 9)
Filet z piersi kurczaka duszony w sosie własnym P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)
Bukiet warzyw gotowany P 120g
ziemniaki P 150g;

Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7)
nektarynka świeża P 150g;
chleb zwykły P 80g; (1)
Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10)
dżem porcjowany o obn. zaw. cukrów P 25g;
masło ekstra 82% P 20g; (7)
sałata masłowa P 5g;

koktajl białkowy z truskawkami P 250g (1, 7)

jogurt naturalny P 150g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - hubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 19.08.26 – 28.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Czwartek 2026-08-20

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Razem E: 2129.6 kcal | B 110.5 g | T 67.3 g | W 286.9 g | SFA 29.5 g | Cukry 69.3 g | Sól 6.9 g | Błonnik 32.1 g

dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Razem E: 2117.5 kcal | B 102.7 g | T 67.3 g | W 285.0 g | SFA 32.3 g | Cukry 80.7 g | Sól 7.5 g | Błonnik 23.7 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 400g: (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; papryka czerwona świeża P 50g; chleb zwykły P 40g: (1) Chleb żytni razowy P 40g: (1) Szynkowa drobiowa P 30g: (1, 2, 6, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Zupa jarzynowa dieta P 250g (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie własnym podst. P 150g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza gryczana z soczewicą P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki z nasionami słonecznika - sałatka P 120g	Sałatka z kurczakiem i sosem jogurtowym P 200g (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11) Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) ser Favita P 20g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7)	Ryż na mleku z musem jabłkowym P 250g (7)	jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g: (7)
maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 400g: (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g: (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g: (1, 2, 6, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Zupa jarzynowa dieta P 250g (1, 7, 9) Pieczeń rzymska w sosie własnym podst. P 200g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka P 120g ziemniaki P 150g;	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Jabłko pieczone PCZ 150g chleb zwykły P 120g: (1) Kiełbasa kanapkowa P 40g: (2, 7, 9, 10) ser Favita P 40g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Ryż na mleku z musem jabłkowym P 250g (7)	jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g: (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergię lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - łubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

dieta podstawowa O. Dzieciący 3 i 4 PCZ

dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mieczaiki i produkty pochodne

Jadłospis – dieta podstawowa P01,
d. łatwostrawna P02 – O. Dziecięcy 19.08.26 – 28.08.26.

Dział Żywienia
PCZ Kartuzy Sp. z o.o.

Sobota 2026-08-22

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Razem E: 2031.2 kcal | B 92.4 g | T 64.2 g | W 289.4 g | SFA 25.3 g | Cukry 70.8 g | Sól 6.9 g | Błonnik 35.6 g

dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

Razem E: 1927.7 kcal | B 88.8 g | T 58.7 g | W 274.7 g | SFA 24.6 g | Cukry 65.7 g | Sól 6.6 g | Błonnik 28.7 g

śniadanie	obiad	kolacja	podwieczorek	posiłek dodatkowy
Ryż na mleku PCZ 250g (7) Bukiet świeżych warzyw P 90g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) masło ekstra 82% P 20g; (7) Deliser Ser twarogowy P 18g; (7)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1) Surówka z marchwi z olejem P 120g Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym z 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; śliwki, różne gatunki 150g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) pomidory, czerwone 50g; chleb zwykły P 50g; (1) szynka drobiowa 30g; Ser topiony plastry P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	koktajl malinowo-bananowy P 250g (7)	jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)
Ryż na mleku PCZ 250g (7) Jabłko pieczone PCZ 150g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) Kiełbasa szynkowa P 30g; (1, 2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa P 5g;	Zupa kalafiorowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 205g (1) Surówka z marchwi z olejem P 120g Pierś z kurczaka gotowana w sosie jarzynowym z cukinią P 200g (1, 5, 6, 7, 9, 10, 11)	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) pomidory, czerwone 50g; szynka drobiowa 30g; ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 82% P 15g; (7) sałata masłowa 5g;	koktajl malinowo-bananowy P 250g (7)	jogurt skyr, typu islandzkiego, 0% tłuszczu, naturalny P 140g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - hubin i produkty pochodne, 14 - mięczaki i produkty pochodne

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzechy ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - miedzaki i produkty pochodne

Poniedziałek 2026-08-24

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ Razem E: 2049.3 kcal B 89.2 g T 64.5 g W 289.4 g SFA 29.8 g Cukry 75.1 g Sól 6.2 g Błonnik 26.9 g	Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g: (7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g: Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g: (1, 2, 6, 7, 9, 10) ser Favita P 20g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Pomidorowa z ryżem P 250g (1, 7, 9) Sznyceł drobiowy P 120g (1, 3, 5, 6, 9, 10, 11) Buraczki - sałatka P 120g ziemniaki P 150g;	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Twaróg z koperkiem i nasionami dyni P 70g (7) gruszka 150g; Chleb żytni razowy P 40g: (1) chleb zwykły P 40g: (1) Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10) masło ekstra 15g: (7)sałata masłowa 5g;	Budyń jagłany z truskawkami P 250g (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu P 400g: (7)
dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ Razem E: 2066.8 kcal B 85.5 g T 66.0 g W 291.8 g SFA 32.9 g Cukry 89.1 g Sól 6.2 g Błonnik 21.5 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Super Body Activ jogurt bez laktozy, bez dod. cukru P 250g: (7)chleb zwykły P 80g: (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa drobiowa P 30g: (1, 2, 6, 7, 9, 10) ser Favita P 20g: (7) masło ekstra 82% P 15g: (7) sałata masłowa 5g;	Pomidorowa z ryżem P 250g (1, 7, 9) Pulpet drobiowy z warzywami w sosie koperkowym PCZ 200g (1, 3) Buraczki - sałatka P 120g ziemniaki 150g;	Kawa zbożowa z mlekiem P 250g (1, 7) Twaróg z koperkiem P 70g (7) banan 150g: chleb zwykły P 80g: (1) Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10) masło ekstra 20g: (7)sałata masłowa 5g;	Budyń jagłany z truskawkami P 250g (7)	maślanka spożywcza, 1,5% tłuszczu 400g: (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzechy ziarniste i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktozą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - męczaki i produkty pochodne

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ Razem E: 2124.4 kcal B 99.9 g T 72.1 g W 284.8 g SFA 31.7 g Cukry 55.9 g Sól 5.9 g Błonnik 30.0 g	Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g: (7) masło ekstra 10g: (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Sos meksykański z czar.fasolą P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Salata z sosem z maślanki i nasionami słonecznika P 40g (7) makaron pszenny pełnoziarnisty, gotowany 150g: (1)	Jajko gotowane PCZ 50g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 200g; nektarynka świeża P 150g; Chleb żytni razowy P 50g: (1) chleb zwykły P 50g: (1)ogórek 50g; pierś z kurczaka w ziołach P 30g; masło ekstra 10g: (7)sałata masłowa 5g;	Ciasto drożdżowe z kruszoną i P 70g (1, 3, 7) Kakao na mleku P 250g (7)	serek homogenizowany, bez laktozy P 150g: (7)
dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ Razem E: 2007.9 kcal B 91.7 g T 64.4 g W 278.0 g SFA 26.3 g Cukry 89.5 g Sól 5.3 g Błonnik 28.2 g	Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g: (1) pomidory, czerwone 50g; Szynkowa prasowana P 30g: (2, 7, 9, 10) Deliser Ser twarogowy P 18g: (7) masło ekstra 10g: (7) sałata masłowa 5g;	Zupa brokułowa z ziemniakami P 250g (1, 7, 9) Bitki drobiowe w sosie jarzynowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Surówka z marchwi z olejem P 120g ziemniaki P 250g;	Jajko gotowane PCZ 25g (3) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; nektarynka świeża P 150g; chleb zwykły P 80g: (1) pierś z kurczaka w ziołach P 30g; masło ekstra 15g: (7)sałata masłowa 5g;	banan 200g; jogurt naturalny P 150g: (7)	serek homogenizowany, bez laktozy P 150g: (7)

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ Razem E: 1938.7 kcal B 87.6 g T 63.2 g W 274.4 g SFA 28.5 g Cukry 55.0 g Sól 7.1 g Błonnik 39.7 g	herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; jabłko 200g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) papryka czerwona świeża P 50g; ser żółty Salami P 30g; (7) Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10) masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Gulasz z żołądków drobiowych P 150g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1) Bukiet warzyw gotowany P 120g	Ryba po grecku P diet 150g (4, 9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 50g; (1) Chleb żytni razowy P 50g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Kanapka z serkiem Favita i warzywami P 150g (1, 7)	jogurt naturalny P 150g; (7)
dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ Razem E: 1917.6 kcal B 90.6 g T 66.6 g W 251.7 g SFA 27.8 g Cukry 55.9 g Sól 5.7 g Błonnik 25.8 g	Twaróg z pietruszką P 70g (7) Jabłko pieczone PCZ 150g herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 100g; (1) Szynkowa drobiowa P 30g; (1, 2, 6, 7, 9, 10) masło ekstra 10g; (7) sałata masłowa 5g;	Selerowa z makaronem P 250g (1, 7, 9) Kasza jęczmienna gotowana na sypko P 150g (1) Bukiet warzyw gotowany P 120g Pieczeń drobiowa w sosie pietruszkowym P 200g (1, 3)	Ryba po grecku P diet 150g (4, 9) herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 80g; (1) ser Favita P 20g; (7) masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;	Budyń na mleku PCZ 250g (1, 3, 7)	jogurt naturalny P 150g; (7)

Cyframi oznaczono substancje lub produkty powodujące alergie lub reakcje nietolerancji: 1 - zboża zawierające gluten, 2 - skorupiaki i produkty pochodne, 3 - jaja i produkty pochodne, 4 - ryby i produkty pochodne, 5 - orzeszki ziemne i produkty pochodne, 6 - soja i produkty pochodne, 7 - mleko i produkty pochodne (łącznie z laktazą), 8 - orzechy i produkty pochodne, 9 - seler i produkty pochodne, 10 - gorczyca i produkty pochodne, 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne, 12 - dwutlenek siarki i siarczyny, 13 - lubin i produkty pochodne, 14 - mieczaiki i produkty pochodne

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i
4 PCZ

dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

śniadanie

Płatki owsiane na mleku P 250g (1, 7)

herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; Chleb żytni razowy P 50g: (1)

chleb zwykły P 50g: (1)

pomidory, czerwone 50g;

Szynkowa drobiowa P 30g: (1, 2, 6, 7, 9, 10)

Deliser Ser twarogowy P 18g: (7)

masło ekstra 15g: (7) sałata masłowa 5g;

obiad	
Barszcz biały z ziemniakami	dieta P 250g (1, 7, 9)
Szaszłyki drobiowe z warzywami	P 230g (1, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11)
Ryż gotowany	P 150g
Salata z sosem z rukoli	P 90g (9, 10, 11)
Barszcz biały z ziemniakami	dieta P 250g (1, 7, 9)
Udko faszerowane włośzczyną, gotowane w sosie koperkowym	P 195g (1, 7, 9)
Ryż gotowany	P 150g
Salata z sosem z maślanki	P 80g (7)

[illegible]

podwieczorek	
Mus owocowy BIO Lupilu 100g;	
Mus owocowy BIO Lupilu 100g;	

positek dodatkowy	
serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)	
serek homogenizowany, bez laktozy P 150g; (7)	

dieta podstawowa O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

dieta łatwostrawna O. Dziecięcy 3 i 4 PCZ

śniadanie

Kasza jęczmienna na mleku P 200g (1, 7)
Jajko gotowane PCZ 25g (3)

herbata czarna, parzona, napar bez cukru
250g; melon miódowy (żółty) 150g;
ogórek 50g; chleb zwykły P 40g; (1)
Chleb żytni razowy P 40g; (1)
Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10)
masło ekstra 15g; (7) sałata masłowa 5g;

Kasza jęczmienna na mleku P 250g (1, 7)
Jajko gotowane PCZ 25g (3)

herbata czarna, parzona, napar bez cukru
250g; melon miódowy (żółty) 150g;
chleb zwykły P 80g; (1)
Szynkowa prasowana P 30g; (2, 7, 9, 10)
masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;

obiad
Zupa ziemniaczana z soczewicą P 250g (1, 2, 6, 7, 9, 10) Roladka drobiowa z papryką duszona w sosie własnym PC 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Brokuły gotowane PCZ 120g ziemniaki P 150g;
Brokuły gotowane PCZ 120g Roladka drobiowa z marchewką gotowana w sosie pietruszkowym P 200g (1, 5, 6, 9, 10, 11) Zupa ziemniaczana- diety PCZ 300g (1, 7, 9) ziemniaki P 150g;

kolacja
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; banan 150g; papryka czerwona świeża P 50g; Chleb żytni razowy P 50g; (1) chleb zwykły P 50g; (1) szynka drobiowa 50g; masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;
herbata czarna, parzona, napar bez cukru 250g; chleb zwykły P 100g; (1) banan 100g; szynka drobiowa 50g; pomidory, czerwone 50g; masło ekstra 20g; (7) sałata masłowa 5g;

[illegible]

posiłek dodatkowy	
jogurt naturalny P 100g:	(7)
jogurt naturalny P 100g:	(7)