

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-01 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona, parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona, parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona, parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona, parzona 40 g Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona, parzona 30 g Ser mozzarella 70 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Hummus + 40 g (<u>SOJ</u>) Miód (25g) 1 szt Ogórek świeży 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Sok pomarańczowy 0,2L-kartonik 1 szt				Sok warzywny 0,3l 1 szt (<u>SEL</u>)	
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sytko 160 g Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE</u>) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sytko 160 g Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sytko 180 g Gulasz wieprzowy węgierski + 200 g (<u>MLE</u>) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sytko 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Sos pomidorowy + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Mięso wieprzowe z warzywami do risotto + 150 g (<u>MLE, SEL</u>) Ryż na sytko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy + 80 g Surowka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Krośnięty ziemniaczane z mozzarellą + 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Surowka z czerwonej kapusty z natką pietruszki i słonecznikiem b/c + 120 g
	PD	Arbuz 200 g				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Szynkowa debowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztecik sojowy z pomidorami 70 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka delikatkowa- produkt dr. grubo rozdr. parz 30 g	
		Wartość energetyczna: 2575.31 kcal; Białko ogółem: 96.40 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 377.02 g; W tym cukry: 115.73 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sól: 11.20 g; WW: 35.10 Por.; 14.97 %; 58.56 %; Ener. z T: 28.40 %; Ener. z Bł.: 2.07 %; K: 3136.29 mg;	Wartość energetyczna: 2477.87 kcal; Białko ogółem: 74.67 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 36.37 g; Węglowodany ogółem: 375.70 g; W tym cukry: 115.01 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sól: 10.54 g; WW: 35.27 Por.; 12.05 %; 60.65 %; Ener. z T: 28.46 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 2680.23 mg;	Wartość energetyczna: 2508.78 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 85.86 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 350.03 g; W tym cukry: 72.09 g; Błonnik pok.: 28.38 g; Sól: 12.25 g; WW: 32.28 Por.; 15.64 %; 55.81 %; Ener. z T: 30.80 %; Ener. z Bł.: 2.26 %; K: 3012.16 mg;	Wartość energetyczna: 2435.65 kcal; Białko ogółem: 76.97 g; Tłuszcz: 85.27 g; Kw. tł. nasy.: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; W tym cukry: 71.66 g; Błonnik pok.: 24.98 g; Sól: 11.65 g; WW: 32.48 Por.; 12.64 %; 57.32 %; Ener. z T: 31.51 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 2556.09 mg;	Wartość energetyczna: 2381.55 kcal; Białko ogółem: 106.85 g; Tłuszcz: 102.44 g; Kw. tł. nasy.: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 273.13 g; W tym cukry: 44.58 g; Błonnik pok.: 39.59 g; Sól: 14.32 g; WW: 23.32 Por.; 17.95 %; 45.87 %; Ener. z T: 38.71 %; Ener. z Bł.: 3.32 %; K: 3269.40 mg;	Wartość energetyczna: 2367.36 kcal; Białko ogółem: 67.83 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 67.32 g; Błonnik pok.: 30.78 g; Sól: 10.36 g; WW: 30.76 Por.; 11.46 %; 57.12 %; Ener. z T: 33.37 %; Ener. z Bł.: 2.60 %; K: 2752.92 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-02 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pierś delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z fasoli + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW.</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Jabłko 150 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jajko gotowane ki M 1 szt (<u>JAJ.</u>)	
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Poledwiczka z kurczaka na parze + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z selera z rodzynkami + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Poledwiczka z kurczaka na parze + 80 g Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Marchew mini gotowana + 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Poledwiczka z kurczaka na parze + 80 g Sos brokułowy- dieta + 80 g (<u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera z rodzynkami + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Poledwiczka z kurczaka na parze + 80 g Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew mini gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Poledwiczka z kurczaka na parze + 80 g Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew mini gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Salsa pomidorowa + 80 g	
	PD	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)				Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Hummus + 70 g (<u>SOJ.</u>) Serek ziarnisty naturalny 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2241.84 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 55.69 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; W tym cukry: 98.47 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sól: 12.90 g; WW: 32.53 Por.; 16.81 %; 63.09 %; Ener. z T: 22.36 %; Ener. z Bł.: 2.58 %; K: 3665.64 mg;	Wartość energetyczna: 2204.50 kcal; Białko ogółem: 96.71 g; Tłuszcz: 54.13 g; Kw. tł. nasy.: 343.82 g; W tym cukry: 98.20 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sól: 12.62 g; WW: 32.00 Por.; 17.55 %; 62.39 %; Ener. z T: 22.10 %; Ener. z Bł.: 2.28 %; K: 3437.32 mg;	Wartość energetyczna: 2201.82 kcal; Białko ogółem: 98.25 g; Tłuszcz: 56.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 336.20 g; W tym cukry: 65.98 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 12.87 g; WW: 31.00 Por.; 17.85 %; 61.08 %; Ener. z T: 23.17 %; Ener. z Bł.: 2.45 %; K: 3633.13 mg;	Wartość energetyczna: 2100.08 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 54.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.48 g; Węglowodany ogółem: 313.94 g; W tym cukry: 63.92 g; Błonnik pok.: 22.84 g; Sól: 13.13 g; WW: 29.23 Por.; 18.95 %; 59.80 %; Ener. z T: 23.14 %; Ener. z Bł.: 2.18 %; K: 3245.07 mg;	Wartość energetyczna: 2277.48 kcal; Białko ogółem: 110.55 g; Tłuszcz: 77.65 g; Kw. tł. nasy.: 37.28 g; Węglowodany ogółem: 305.53 g; W tym cukry: 49.98 g; Błonnik pok.: 42.86 g; Sól: 14.71 g; WW: 26.40 Por.; 19.42 %; 53.66 %; Ener. z T: 30.69 %; Ener. z Bł.: 3.76 %; K: 4350.44 mg;	Wartość energetyczna: 2374.26 kcal; Białko ogółem: 73.26 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 362.90 g; W tym cukry: 70.48 g; Błonnik pok.: 35.55 g; Sól: 10.59 g; WW: 34.89 Por.; 12.34 %; 64.51 %; Ener. z T: 25.37 %; Ener. z Bł.: 2.99 %; K: 3518.63 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-03 środa	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Twaróg półtłusty 30 g (MLE ,) Sałatka makaronowa z warzywami (dieta) + 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL ,) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE ,)	
	Obiad	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL ,) Pulpetz kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 300 g (SOJ, MLE, SEL ,) Pulpetz kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Szpinak gotowany z olejem + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Pulpetz kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pieczarkowy + 80 g (MLE ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Pulpetz kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szpinak gotowany z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem brązowym + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Pulpetz kurczaka + 80 g (GLU PSZ, JAJ ,) Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa koperkowa z ryżem + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g (SEL ,) Surówka z kapusty kiszonej z olejem b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Tuńczyk w sosie własnym 50 g (RYB ,) Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Tuńczyk w sosie własnym 50 g (RYB ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Paprykarz z dorsza + 50 g (RYB, SOJ, SEL ,) Sałatka zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Paprykarz z dorsza + 70 g (RYB, SOJ, SEL ,) Twarożek + 30 g (MLE ,) Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN						Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynka Konserwowa wieprzowa, produkt blokowy wytworzony z połączonych kawałków mięsa wieprzowego, parzony 30 g (SOJ ,)	
		Wartość energetyczna: 2370.86 kcal; Białko ogółem: 81.12 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 357.59 g; W tym cukry: 98.88 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sól: 12.26 g; WW: 33.30 Por.: 13.69 %; 60.33 %; Ener. z T: 27.69 %; Ener. z Bł.: 2.06 %; K: 2791.45 mg;	Wartość energetyczna: 2372.76 kcal; Białko ogółem: 84.20 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 360.38 g; W tym cukry: 100.55 g; Błonnik pok.: 23.46 g; Sól: 11.24 g; WW: 33.74 Por.: 14.19 %; 60.75 %; Ener. z T: 26.73 %; Ener. z Bł.: 1.98 %; K: 2913.52 mg;	Wartość energetyczna: 2259.48 kcal; Białko ogółem: 88.34 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 317.89 g; W tym cukry: 63.37 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sól: 12.63 g; WW: 29.17 Por.: 15.64 %; 56.28 %; Ener. z T: 30.18 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3386.32 mg;	Wartość energetyczna: 2218.65 kcal; Białko ogółem: 88.91 g; Tłuszcz: 71.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 316.05 g; W tym cukry: 62.84 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sól: 11.44 g; WW: 29.25 Por.: 16.03 %; 56.98 %; Ener. z T: 29.02 %; Ener. z Bł.: 2.22 %; K: 3403.17 mg;	Wartość energetyczna: 2161.16 kcal; Białko ogółem: 96.55 g; Tłuszcz: 80.34 g; Kw. tł. nasy.: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 281.76 g; W tym cukry: 31.50 g; Błonnik pok.: 41.70 g; Sól: 15.99 g; WW: 24.04 Por.: 17.87 %; 52.15 %; Ener. z T: 33.46 %; Ener. z Bł.: 3.86 %; K: 3848.70 mg;	Wartość energetyczna: 1908.54 kcal; Białko ogółem: 55.09 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 22.60 g; Węglowodany ogółem: 293.13 g; W tym cukry: 60.81 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 12.32 g; WW: 26.16 Por.: 11.55 %; 61.44 %; Ener. z T: 29.51 %; Ener. z Bł.: 3.37 %; K: 2399.66 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-04 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosi.niejad 30 g Szynka drobiowa lukusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosi.niejad 30 g Szynka drobiowa lukusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosi.niejad 30 g Szynka drobiowa lukusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosi.niejad 30 g Szynka drobiowa lukusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosi.niejad 30 g Szynka drobiowa lukusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka drobiowa lukusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Tofu 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (GLU PSZ, MLE.)				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosi.niejad 30 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Marchew gotowana + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Marchew gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Potrawka z kurczaka + 200 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy b/c+ 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Surówka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Arbuz 200 g				Arbuz 200 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Papryka świeża 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twaróg półtłusty 50 g (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2369.79 kcal; Białko ogółem: 68.49 g; Tłuszcz: 57.57 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 402.26 g; W tym cukry: 122.76 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sól: 9.50 g; WW: 37.39 Por.; 11.56 %; 67.90 %; Ener. z T: 21.87 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3743.51 mg;	Wartość energetyczna: 2279.18 kcal; Białko ogółem: 68.62 g; Tłuszcz: 51.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 392.21 g; W tym cukry: 111.77 g; Błonnik pok.: 24.69 g; Sól: 9.24 g; WW: 36.84 Por.; 12.04 %; 68.83 %; Ener. z T: 20.16 %; Ener. z Bł.: 2.17 %; K: 3471.69 mg;	Wartość energetyczna: 2318.37 kcal; Białko ogółem: 73.55 g; Tłuszcz: 59.25 g; Kw. tł. nasy.: 25.61 g; Węglowodany ogółem: 381.05 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 10.33 g; WW: 35.12 Por.; 12.69 %; 65.74 %; Ener. z T: 23.00 %; Ener. z Bł.: 2.65 %; K: 3706.64 mg;	Wartość energetyczna: 2213.55 kcal; Białko ogółem: 73.04 g; Tłuszcz: 52.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.09 g; Węglowodany ogółem: 368.38 g; W tym cukry: 85.69 g; Błonnik pok.: 25.92 g; Sól: 10.19 g; WW: 34.35 Por.; 13.20 %; 66.57 %; Ener. z T: 21.32 %; Ener. z Bł.: 2.34 %; K: 3319.23 mg;	Wartość energetyczna: 2311.88 kcal; Białko ogółem: 103.01 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 319.91 g; W tym cukry: 78.74 g; Błonnik pok.: 45.73 g; Sól: 11.96 g; WW: 27.47 Por.; 17.82 %; 55.35 %; Ener. z T: 28.76 %; Ener. z Bł.: 3.96 %; K: 3986.58 mg;	Wartość energetyczna: 2387.86 kcal; Białko ogółem: 72.12 g; Tłuszcz: 67.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 381.17 g; W tym cukry: 98.69 g; Błonnik pok.: 30.70 g; Sól: 9.56 g; WW: 35.15 Por.; 12.08 %; 63.85 %; Ener. z T: 25.59 %; Ener. z Bł.: 2.57 %; K: 3706.64 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-05 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 50 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 70 g (MLE) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku/p 400 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella 70 g (MLE) Pomidor 50 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Kotlet z morskczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Salata zielona z jogurtem + 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Pulpet z morskczuka + 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Salata zielona z jogurtem + 100 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Kotlet z morskczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salata zielona z jogurtem + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Pulpet z morskczuka + 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salata zielona z jogurtem + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Pulpet z morskczuka + 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salata zielona z jogurtem + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL) Kotlet z morskczuka 100g + 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Salata zielona z jogurtem + 120 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE)				Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (MLE)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ) Dżem 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 50 g (JAJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo z dodat.wody wosł.niejad 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Dżem 30 g Pasta jajeczno-brokulowa + 70 g (JAJ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ)	
		Wartość energetyczna: 2302.85 kcal; Białko ogółem: 93.02 g; Tłuszcz: 70.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 333.32 g; W tym cukry: 100.54 g; Błonnik pok.: 21.37 g; Sol: 9.20 g; WW: 31.27 Por.; 16.16 %; : 57.90 %; Ener. z T: 27.44 %; Ener. z Bł.: 1.86 %; K: 3179.57 mg;	Wartość energetyczna: 2294.02 kcal; Białko ogółem: 92.27 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 28.18 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 100.86 g; Błonnik pok.: 18.74 g; Sol: 9.21 g; WW: 31.73 Por.; 16.09 %; : 58.49 %; Ener. z T: 26.67 %; Ener. z Bł.: 1.63 %; K: 3087.82 mg;	Wartość energetyczna: 2311.19 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 329.43 g; W tym cukry: 88.27 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sol: 10.02 g; WW: 30.60 Por.; 17.25 %; : 57.02 %; Ener. z T: 27.52 %; Ener. z Bł.: 2.03 %; K: 3327.92 mg;	Wartość energetyczna: 2302.36 kcal; Białko ogółem: 98.92 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 331.56 g; W tym cukry: 88.59 g; Błonnik pok.: 20.87 g; Sol: 10.02 g; WW: 31.06 Por.; 17.19 %; : 57.60 %; Ener. z T: 26.75 %; Ener. z Bł.: 1.81 %; K: 3236.17 mg;	Wartość energetyczna: 2151.08 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 250.06 g; W tym cukry: 49.42 g; Błonnik pok.: 28.93 g; Sol: 11.68 g; WW: 22.21 Por.; 20.25 %; : 48.50 %; Ener. z T: 35.54 %; Ener. z Bł.: 2.69 %; K: 3784.60 mg;	Wartość energetyczna: 2350.62 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 74.76 g; Kw. tł. nasy.: 24.42 g; Węglowodany ogółem: 329.29 g; W tym cukry: 88.02 g; Błonnik pok.: 23.50 g; Sol: 9.45 g; WW: 30.57 Por.; 17.07 %; : 56.03 %; Ener. z T: 28.62 %; Ener. z Bł.: 2.00 %; K: 3394.42 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-06 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki Delikatne-produkt drobiowy wędzony homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadłnej 80 g (SOJ.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g (SEL.) Ketchup 30 g (SEL.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g (SOJ.) Serok homo. naturalny 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Parówki Delikatne-produkt drobiowy wędzony homogenizowany wędzony parzony w osłonce niejadłnej 120 g (SOJ.) Ketchup 30 g (SEL.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 40 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 50 g Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadłnej 30 g Ser żółty 30 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 400 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Tofu 50 g (SOJ.) Ser żółty 30 g (MLE.) Papryka świeża 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Jabłko 1 szt 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek z ziołami 50 g (MLE.)	
	Obiad	Zupa krem z selera + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 160 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa krem z selera + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Grzanki pszenne + 10 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ.) Masa serowa do makaronu + 100 g (MLE.) Mus truskawkowy + 80 g (MLE.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Surowka z marchwi b/c + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Twarożek + 50 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Miod (25g) 1 szt Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN						Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, SO2.)	
		Wartość energetyczna: 2479.98 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 36.44 g; Węglowodany ogółem: 329.75 g; W tym cukry: 85.91 g; Błonnik pok.: 30.73 g; Sól: 13.14 g; WW: 29.99 Por.: 17.87 %; 53.19 %; Ener. z T: 31.11 %; Ener. z Bł.: 2.48 %; K: 3167.38 mg;	Wartość energetyczna: 2337.32 kcal; Białko ogółem: 113.71 g; Tłuszcz: 72.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.94 g; Węglowodany ogółem: 323.83 g; W tym cukry: 78.44 g; Błonnik pok.: 26.22 g; Sól: 10.97 g; WW: 29.83 Por.: 19.46 %; 55.42 %; Ener. z T: 27.91 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 2872.34 mg;	Wartość energetyczna: 2648.27 kcal; Białko ogółem: 113.61 g; Tłuszcz: 101.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.45 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; W tym cukry: 80.45 g; Błonnik pok.: 31.36 g; Sól: 14.87 g; WW: 30.30 Por.: 17.16 %; 50.35 %; Ener. z T: 34.60 %; Ener. z Bł.: 2.37 %; K: 3423.38 mg;	Wartość energetyczna: 2395.16 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.31 g; Węglowodany ogółem: 342.91 g; W tym cukry: 72.66 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sól: 12.09 g; WW: 31.72 Por.: 18.22 %; 57.27 %; Ener. z T: 27.11 %; Ener. z Bł.: 2.24 %; K: 3139.83 mg;	Wartość energetyczna: 2283.34 kcal; Białko ogółem: 120.86 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.79 g; Węglowodany ogółem: 268.16 g; W tym cukry: 43.33 g; Błonnik pok.: 38.73 g; Sól: 12.18 g; WW: 23.08 Por.: 21 %; 46.98 %; Ener. z T: 34.69 %; Ener. z Bł.: 3.39 %; K: 4282.21 mg;	Wartość energetyczna: 2448.38 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 75.79 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 363.35 g; W tym cukry: 87.87 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sól: 9.52 g; WW: 33.46 Por.: 15.11 %; 59.36 %; Ener. z T: 27.86 %; Ener. z Bł.: 2.47 %; K: 2789.95 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-07 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona wosłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 50 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona wosłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona wosłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona wosłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Zielona pasta z pieczonego kurczaka + 70 g (JAJ, MLE.) Piers delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka,parzona wosłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Wege pasztet warzywno-soczewicowy + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (MLE.) Cukier 30 g
	II SN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Zupa z soczewicą i warzywami + 300 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kotlet wieprzowy mielony + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 100 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa+ 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka Colesław + 120 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Kotlet wieprzowy mielony + 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ryżowa+ 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka b/c+ 120 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos pomidorowy + 80 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicą i warzywami + 400 g (GLU PSZ, SOJ, SEL.) Gulasz warzywny z tofu (dieta) + 180 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka Colesław + 120 g (JAJ, MLE, GOR, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 50 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem + 70 g (MLE.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem + 70 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 70 g (MLE.) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ.)	
		Wartość energetyczna: 2253.51 kcal; Białko ogółem: 92.75 g; Tłuszcz: 72.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.88 g; Węglowodany ogółem: 316.92 g; W tym cukry: 75.35 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 10.28 g; WW: 29.47 Por.: 16.46 %; 56.25 %; Ener. z T: 28.93 %; Ener. z Bł: 2.05 %; K: 2941.94 mg;	Wartość energetyczna: 2332.87 kcal; Białko ogółem: 93.03 g; Tłuszcz: 78.18 g; Kw. tł. nasy.: 33.81 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; W tym cukry: 80.19 g; Błonnik pok.: 21.96 g; Sól: 10.54 g; WW: 30.01 Por.: 15.95 %; 55.07 %; Ener. z T: 30.16 %; Ener. z Bł: 1.88 %; K: 2863.38 mg;	Wartość energetyczna: 2117.96 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 71.15 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 282.86 g; W tym cukry: 61.67 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sól: 10.95 g; WW: 25.94 Por.: 18.37 %; 53.42 %; Ener. z T: 30.23 %; Ener. z Bł: 2.31 %; K: 3350.42 mg;	Wartość energetyczna: 2178.79 kcal; Białko ogółem: 95.51 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 286.24 g; W tym cukry: 67.16 g; Błonnik pok.: 23.39 g; Sól: 11.14 g; WW: 26.39 Por.: 17.53 %; 52.55 %; Ener. z T: 31.46 %; Ener. z Bł: 2.15 %; K: 3214.13 mg;	Wartość energetyczna: 2552.61 kcal; Białko ogółem: 120.98 g; Tłuszcz: 94.67 g; Kw. tł. nasy.: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 288.04 g; W tym cukry: 46.67 g; Błonnik pok.: 33.45 g; Sól: 14.35 g; WW: 25.62 Por.: 18.96 %; 45.14 %; Ener. z T: 33.38 %; Ener. z Bł: 2.62 %; K: 4169.39 mg;	Wartość energetyczna: 2281.69 kcal; Białko ogółem: 81.95 g; Tłuszcz: 84.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 310.77 g; W tym cukry: 68.82 g; Błonnik pok.: 32.18 g; Sól: 10.91 g; WW: 27.91 Por.: 14.37 %; 54.48 %; Ener. z T: 33.25 %; Ener. z Bł: 2.82 %; K: 3474.92 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-08 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka drobiowa luksusowa z fileta- wędlina drobiowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, GOR, S02.) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 70 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 400 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane ki M 1 szt (JAJ.) Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Arbuz 200 g				Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonie niejadalnej 30 g	
	Obiad	Żurek z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Fasolka szparagowa żółta + 100 g Kasza jęczmienna/sypko 160 g (GLU JECZ.)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Kasza jęczmienna/sypko 160 g Marchew mini gotowana + 120 g	Żurek z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Fasolka szparagowa żółta + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony w słodkiej papryce + 100 g Sos pietruszkowy + 80 g (SOJ, MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Marchew mini gotowana + 120 g Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ.)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Pyzy z truskawkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Surowka z marchwi, jabłka i pomarańczy + 120 g	
	PD	Jogurt owoce leśne 150g 1 szt (MLE.)				Jabłko 150 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE.) Dynia na parze + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE.) Dynia na parze + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE.) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Dynia na parze + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 30 g (MLE.) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE.) Dynia na parze + 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody wosł.niejad 30 g		
	Wartość energetyczna: 2551.35 kcal; Białko ogółem: 105.94 g; Tłuszcz: 90.34 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 334.50 g; W tym cukry: 111.30 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sól: 10.18 g; WW: 30.94 Por.: 16.61 %; 52.44 %; Ener. z T: 31.87 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3332.71 mg;	Wartość energetyczna: 2400.62 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 74.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 341.99 g; W tym cukry: 115.68 g; Błonnik pok.: 27.68 g; Sól: 9.86 g; WW: 31.54 Por.: 16.29 %; 56.98 %; Ener. z T: 27.96 %; Ener. z Bł.: 2.31 %; K: 3428.05 mg;	Wartość energetyczna: 2572.29 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 101.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.67 g; Węglowodany ogółem: 306.35 g; W tym cukry: 64.18 g; Błonnik pok.: 26.74 g; Sól: 11.53 g; WW: 28.08 Por.: 17.79 %; 47.64 %; Ener. z T: 35.48 %; Ener. z Bł.: 2.08 %; K: 2935.26 mg;	Wartość energetyczna: 2358.33 kcal; Białko ogółem: 103.14 g; Tłuszcz: 80.35 g; Kw. tł. nasy.: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 313.42 g; W tym cukry: 68.56 g; Błonnik pok.: 28.73 g; Sól: 10.91 g; WW: 28.58 Por.: 17.49 %; 53.16 %; Ener. z T: 30.66 %; Ener. z Bł.: 2.44 %; K: 3031.05 mg;	Wartość energetyczna: 2283.76 kcal; Białko ogółem: 108.57 g; Tłuszcz: 84.95 g; Kw. tł. nasy.: 36.14 g; Węglowodany ogółem: 286.39 g; W tym cukry: 47.01 g; Błonnik pok.: 44.69 g; Sól: 12.29 g; WW: 24.20 Por.: 19.02 %; 50.16 %; Ener. z T: 33.48 %; Ener. z Bł.: 3.91 %; K: 3660.48 mg;	Wartość energetyczna: 2468.51 kcal; Białko ogółem: 74.80 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 379.21 g; W tym cukry: 94.43 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sól: 10.53 g; WW: 34.60 Por.: 12.12 %; 61.45 %; Ener. z T: 29.10 %; Ener. z Bł.: 2.71 %; K: 3562.79 mg;	

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-09 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 30 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (<u>SOJ,</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron na mleku 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twarózek z kolorową papryką + 70 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Banan 1szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR,</u>)	
	Obiad	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Ziemniaki gotowane 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 300 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 160 g Buraki tarte na ciepło + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Kotlet schabowy panierowany + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Buraki tarte na ciepło + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Roladka wieprzowa z warzywami pieczona + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Sos własny + 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ,</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wielowarzywna z zacierką + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Fasolka po bretońsku wegetariańska + 350 g (<u>SOJ,</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem + 120 g Ziemniaki gotowane 180 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (<u>MLE,</u>)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Ser mozzarella 50 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z młyny gotowanej z warzywami + 70 g (<u>RYB, SEL,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z makreli wędzonej + 70 g (<u>JAJ, RYB, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Twarózek z ziołami 50 g (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2396.87 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 345.50 g; W tym cukry: 113.23 g; Błonnik pok.: 25.37 g; Sól: 10.19 g; WW: 32.12 Por.; 16.15 %; 57.66 %; Ener. z T: 28.42 %; Ener. z Bł.: 2.12 %; K: 3237.88 mg;	Wartość energetyczna: 2465.69 kcal; Białko ogółem: 93.52 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.17 g; Węglowodany ogółem: 357.35 g; W tym cukry: 119.00 g; Błonnik pok.: 23.37 g; Sól: 9.57 g; WW: 33.52 Por.; 15.17 %; 57.97 %; Ener. z T: 28.00 %; Ener. z Bł.: 1.90 %; K: 3412.98 mg;	Wartość energetyczna: 2316.49 kcal; Białko ogółem: 92.92 g; Tłuszcz: 86.02 g; Kw. tł. nasy.: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 305.29 g; W tym cukry: 64.75 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 12.93 g; WW: 28.16 Por.; 16.04 %; 52.72 %; Ener. z T: 33.42 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 2901.04 mg;	Wartość energetyczna: 2275.80 kcal; Białko ogółem: 95.62 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 319.54 g; W tym cukry: 73.59 g; Błonnik pok.: 23.28 g; Sól: 11.44 g; WW: 29.70 Por.; 16.81 %; 56.16 %; Ener. z T: 28.17 %; Ener. z Bł.: 2.05 %; K: 3155.42 mg;	Wartość energetyczna: 2492.88 kcal; Białko ogółem: 100.63 g; Tłuszcz: 116.25 g; Kw. tł. nasy.: 42.38 g; Węglowodany ogółem: 273.71 g; W tym cukry: 34.23 g; Błonnik pok.: 35.94 g; Sól: 13.80 g; WW: 23.87 Por.; 16.15 %; 43.92 %; Ener. z T: 41.97 %; Ener. z Bł.: 2.88 %; K: 3379.09 mg;	Wartość energetyczna: 2721.32 kcal; Białko ogółem: 107.66 g; Tłuszcz: 99.73 g; Kw. tł. nasy.: 38.56 g; Węglowodany ogółem: 367.44 g; W tym cukry: 73.24 g; Błonnik pok.: 38.56 g; Sól: 12.94 g; WW: 32.94 Por.; 15.83 %; 54.01 %; Ener. z T: 32.96 %; Ener. z Bł.: 2.83 %; K: 3997.88 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-10 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 400 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta warzywna + 70 g (<u>SEL</u>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g	
	Obiad	Zupa grochowa z ziemniakami + 300 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Burger z buraka z serem mozzarella 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 300 g (<u>MLE, SEL.</u>) Burger z buraka z serem mozzarella 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko 160 g Surówka z marchwi i selera + 100 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa grochowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Burger z buraka z serem mozzarella 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Burger z buraka z serem mozzarella 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z kurczaka pieczony + 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Burger z buraka z serem mozzarella 100g + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sos brokułowy + 80 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera + 120 g (<u>MLE, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chrupki kukurydziane 25 g				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml		Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Pasta z twarogu z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE</u>) Tofu 30 g (<u>SOJ</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany 30 g	
		Wartość energetyczna: 2471.88 kcal; Białko ogółem: 89.93 g; Tłuszcz: 75.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 370.39 g; W tym cukry: 82.44 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 11.18 g; WW: 33.58 Por.; 14.55 %; 59.94 %; Ener. z T: 27.53 %; Ener. z Bł.: 2.84 %; K: 2658.67 mg;	Wartość energetyczna: 2413.89 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 71.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 368.62 g; W tym cukry: 83.31 g; Błonnik pok.: 30.20 g; Sól: 10.16 g; WW: 33.90 Por.; 13.92 %; 61.08 %; Ener. z T: 26.67 %; Ener. z Bł.: 2.50 %; K: 2652.14 mg;	Wartość energetyczna: 2533.47 kcal; Białko ogółem: 97.21 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 366.13 g; W tym cukry: 80.26 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sól: 12.35 g; WW: 33.32 Por.; 15.35 %; 57.81 %; Ener. z T: 28.70 %; Ener. z Bł.: 2.67 %; K: 2739.10 mg;	Wartość energetyczna: 2444.19 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 73.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 365.09 g; W tym cukry: 82.57 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sól: 10.93 g; WW: 33.70 Por.; 14.52 %; 59.75 %; Ener. z T: 27.24 %; Ener. z Bł.: 2.38 %; K: 2831.73 mg;	Wartość energetyczna: 2287.46 kcal; Białko ogółem: 110.12 g; Tłuszcz: 76.86 g; Kw. tł. nasy.: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 302.96 g; W tym cukry: 45.56 g; Błonnik pok.: 42.71 g; Sól: 11.81 g; WW: 26.10 Por.; 19.26 %; 52.98 %; Ener. z T: 30.24 %; Ener. z Bł.: 3.73 %; K: 3507.38 mg;	Wartość energetyczna: 2464.48 kcal; Białko ogółem: 79.44 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kw. tł. nasy.: 30.41 g; Węglowodany ogółem: 369.84 g; W tym cukry: 86.28 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sól: 10.69 g; WW: 33.57 Por.; 12.89 %; 60.03 %; Ener. z T: 29.01 %; Ener. z Bł.: 2.82 %; K: 3137.54 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-11 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus + 50 g (SOJ ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 50 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus + 70 g (SOJ ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosł.niejad 30 g Pasta z kurczaka + 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Hummus + 70 g (SOJ ,) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody.wosł.niejad 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 400 ml (MLE ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Szynkowa dębowa Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Miod (25g) 1 szt Hummus + 70 g (SOJ ,) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II ŚN	Banan 1szt. 1 szt				Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL ,) Makaron 180 g (GLU PSZ ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 160 g (SEL ,) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, seler a papryki b/c + 100 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 160 g (SEL ,) Cukinia gotowana + 100 g Makaron 180 g (GLU PSZ ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL ,) Makaron 180 g (GLU PSZ ,) Surówka z rzepy, marchwi, jabłka, seler a papryki b/c + 120 g (SEL ,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL ,) Makaron 180 g (GLU PSZ ,) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Sos boloński z wieprzowiną (dieta) + 180 g (SEL ,) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ ,) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL ,) Naleśniki z pieczarkami + 300 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, może zawierać: SOJ, SEL, GOR ,) Cukinia gotowana + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, S02 ,)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE ,)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE ,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE ,) Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Serek ziarnisty naturalny 50 g (MLE ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE ,) Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE ,) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE ,) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR ,) Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ ,) Masło extra 82% 15 g (MLE ,) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ ,) Ogórek kwaszony małosolny 50 g (GOR ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT ,) Masło extra 82% 5 g (MLE ,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	
		Wartość energetyczna: 2434.02 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.53 g; Węglowodany ogółem: 380.33 g; W tym cukry: 97.16 g; Błonnik pok.: 28.49 g; Sól: 11.35 g; WW: 35.29 Por.: 13.85 %; : 62.50 %; Ener. z T: 25.19 %; Ener. z Bł: 2.34 %; K: 3066.06 mg;	Wartość energetyczna: 2470.97 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.39 g; Węglowodany ogółem: 376.17 g; W tym cukry: 96.70 g; Błonnik pok.: 24.23 g; Sól: 10.61 g; WW: 35.30 Por.: 15.11 %; : 60.89 %; Ener. z T: 25.58 %; Ener. z Bł: 1.96 %; K: 3232.26 mg;	Wartość energetyczna: 2210.38 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 67.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.36 g; Węglowodany ogółem: 322.32 g; W tym cukry: 65.66 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sól: 12.20 g; WW: 29.59 Por.: 15.73 %; : 58.33 %; Ener. z T: 27.49 %; Ener. z Bł: 2.45 %; K: 2716.84 mg;	Wartość energetyczna: 2255.45 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 315.46 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 11.60 g; WW: 29.40 Por.: 17.62 %; : 55.95 %; Ener. z T: 28.13 %; Ener. z Bł: 1.96 %; K: 2961.77 mg;	Wartość energetyczna: 2038.35 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 74.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.02 g; Węglowodany ogółem: 259.57 g; W tym cukry: 33.03 g; Błonnik pok.: 38.22 g; Sól: 14.61 g; WW: 22.20 Por.: 18.09 %; : 50.94 %; Ener. z T: 33.02 %; Ener. z Bł: 3.75 %; K: 3161.32 mg;	Wartość energetyczna: 2321.98 kcal; Białko ogółem: 94.19 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 325.39 g; W tym cukry: 64.78 g; Błonnik pok.: 27.89 g; Sól: 12.62 g; WW: 29.84 Por.: 16.23 %; : 56.05 %; Ener. z T: 30.45 %; Ener. z Bł: 2.40 %; K: 2702.85 mg;

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-12 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (MLE,) Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 70 g (MLE,) Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g	Mleko 200 ml (MLE,) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 70 g (MLE,) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ,) Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Twarożek + 70 g (MLE,) Dżem 30 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 30 g
	II SN	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE,)				Chleb żytni razowy 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE,)	
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,) Morszczuk pieczony w posypce zielonej 100g + 100 g (RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 100 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 300 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,) Morszczuk na parze 80g + 80 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 160 g Fasolka szparagowa zielona + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,) Morszczuk pieczony w posypce zielonej 100g + 100 g (RYB,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,) Morszczuk na parze 80g + 80 g (RYB,) Sos koperkowy dieta + 80 g (MLE,) Ziemniaki gotowane 180 g Fasolka szparagowa zielona + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL,) Morszczuk na parze 80g + 80 g (RYB,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,) Morszczuk pieczony w posypce zielonej 100g + 100 g (RYB,) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty białej i czerwonej + 120 g (JAJ, GOR,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JĘC,)				Wafle ryżowe 30 g	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml				Chleb żytni razowy 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ,) Masło extra 82% 15 g (MLE,) Jajko gotowane kl M. 1 szt (JAJ,) Pasta z groszku zielonego b/ml 70 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni 35 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Masło extra 82% 5 g (MLE,) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa,szynka wędzona,parzona 30 g	
		Wartość energetyczna: 2327.73 kcal; Białko ogółem: 104.40 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 357.59 g; W tym cukry: 122.28 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 10.07 g; WW: 33.55 Por.: 17.94 %; 61.45 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 1.92 %; K: 3519.80 mg;	Wartość energetyczna: 2296.07 kcal; Białko ogółem: 104.30 g; Tłuszcz: 59.56 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 355.89 g; W tym cukry: 120.12 g; Błonnik pok.: 19.59 g; Sól: 10.05 g; WW: 32.04 Por.: 18.17 %; 62.00 %; Ener. z T: 23.35 %; Ener. z Bł.: 1.71 %; K: 3395.94 mg;	Wartość energetyczna: 2307.33 kcal; Białko ogółem: 103.12 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 344.73 g; W tym cukry: 98.90 g; Błonnik pok.: 24.09 g; Sól: 10.86 g; WW: 32.04 Por.: 17.88 %; 59.78 %; Ener. z T: 24.31 %; Ener. z Bł.: 2.09 %; K: 3674.84 mg;	Wartość energetyczna: 2268.02 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 58.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.62 g; Węglowodany ogółem: 342.90 g; W tym cukry: 96.23 g; Błonnik pok.: 21.28 g; Sól: 10.82 g; WW: 32.21 Por.: 18.19 %; 60.48 %; Ener. z T: 23.08 %; Ener. z Bł.: 1.88 %; K: 3545.66 mg;	Wartość energetyczna: 2274.55 kcal; Białko ogółem: 115.40 g; Tłuszcz: 68.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.05 g; Węglowodany ogółem: 312.87 g; W tym cukry: 63.39 g; Błonnik pok.: 31.47 g; Sól: 11.78 g; WW: 28.20 Por.: 20.29 %; 55.02 %; Ener. z T: 27.28 %; Ener. z Bł.: 2.77 %; K: 4086.16 mg;	Wartość energetyczna: 2363.43 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 65.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 361.91 g; W tym cukry: 110.46 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 10.24 g; WW: 33.37 Por.: 15.80 %; 61.25 %; Ener. z T: 25.11 %; Ener. z Bł.: 2.36 %; K: 3782.04 mg;

2025-09-13 sobota

Wydruk z MAPI Jadłospis 2.24.1.17
Jadłospis_Tygodniowy_posilki_w_wierszach.fr3

Jadłospisy za okres od dnia 2025-09-01 do dnia 2025-09-14 KUCHNIA KAWĘCZYNEK

		KAW- CH Podstawowa	KAW- CH Łatwo strawna	KAW- STO Podstawowa	KAW- STO Łatwo strawna	KAW- STO Cukrzycowa	KAW- STO Wegetariańska
2025-09-14 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g	Mleko 200 ml (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Dżem 30 g Papryka świeża 50 g Kakao z mlekiem b/c 300ml (<u>MLE</u>) Cukier 30 g
	II ŚN	Brzoskwinia 1 szt 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Hummus z ciecierzycy 50 g	
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE, PSZ, JAJ.</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 160 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 160 g Kalafior gotowany + 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Klopsik z kurczaka + 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 80 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 180 g Kalafior gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kotlet z batatów i białej fasoli + 100 g (<u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEZ, GLU OW.</u>) Ziemniaki gotowane 180 g Kalafior gotowany + 120 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Ciasto drożdżowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, S02.</u>)				Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet z cukinii i warzyw + 70 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Cwikła z jabłkiem b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN					Chleb mieszany pszenno-żytni g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>)	
		Wartość energetyczna: 2158.09 kcal; Białko ogółem: 75.06 g; Tłuszcz: 73.05 g; Kw. tł. nasy.: 33.68 g; Węglowodany ogółem: 310.39 g; W tym cukry: 72.70 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sól: 11.10 g; WW: 28.28 Por.: 13.91 %; 57.53 %; Ener. z T: 30.46 %; Ener. z Bł: 2.60 %; K: 3124.10 mg;	Wartość energetyczna: 2148.30 kcal; Białko ogółem: 75.29 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 306.57 g; W tym cukry: 68.27 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 10.92 g; WW: 28.30 Por.: 14.02 %; 57.08 %; Ener. z T: 30.47 %; Ener. z Bł: 2.23 %; K: 2926.04 mg;	Wartość energetyczna: 2017.17 kcal; Białko ogółem: 72.34 g; Tłuszcz: 71.73 g; Kw. tł. nasy.: 34.55 g; Węglowodany ogółem: 281.58 g; W tym cukry: 68.49 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sól: 11.82 g; WW: 25.39 Por.: 14.35 %; 55.84 %; Ener. z T: 32.00 %; Ener. z Bł: 2.75 %; K: 3290.07 mg;	Wartość energetyczna: 2007.38 kcal; Białko ogółem: 72.57 g; Tłuszcz: 71.41 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 277.76 g; W tym cukry: 64.06 g; Błonnik pok.: 23.74 g; Sól: 11.64 g; WW: 25.42 Por.: 14.46 %; 55.35 %; Ener. z T: 32.02 %; Ener. z Bł: 2.37 %; K: 3092.00 mg;	Wartość energetyczna: 2489.55 kcal; Białko ogółem: 97.62 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kw. tł. nasy.: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 309.57 g; W tym cukry: 51.07 g; Błonnik pok.: 38.09 g; Sól: 12.98 g; WW: 27.24 Por.: 15.68 %; 49.74 %; Ener. z T: 32.18 %; Ener. z Bł: 3.06 %; K: 4051.44 mg;	Wartość energetyczna: 2208.75 kcal; Białko ogółem: 59.88 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 322.75 g; W tym cukry: 79.07 g; Błonnik pok.: 31.11 g; Sól: 9.74 g; WW: 29.18 Por.: 10.84 %; 58.45 %; Ener. z T: 32.94 %; Ener. z Bł: 2.82 %; K: 3678.82 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sól - Sól,
K - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
- % energii z białka,
Ener. z T - % energii z tłuszczu,
- % energii z węglowodanów,
Ener. z Bł. - % energii z błonnika,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,