

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE.) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2023.17 kcal; Białko ogółem: 87.72 g; Tłuszcz: 63.57 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 302.09 g; W tym cukry: 55.68 g; Błonnik pok.: 33.78 g; Sód: 3478.73 mg;	Wartość energetyczna: 2079.71 kcal; Białko ogółem: 88.06 g; Tłuszcz: 63.88 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 307.01 g; W tym cukry: 62.80 g; Błonnik pok.: 27.34 g; Sód: 3298.02 mg;	Wartość energetyczna: 1860.68 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 271.92 g; W tym cukry: 49.92 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sód: 3089.50 mg;	Wartość energetyczna: 1790.01 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 38.98 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 297.55 g; W tym cukry: 53.13 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 3230.07 mg;	Wartość energetyczna: 2438.47 kcal; Białko ogółem: 116.64 g; Tłuszcz: 72.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 350.32 g; W tym cukry: 76.39 g; Błonnik pok.: 29.02 g; Sód: 5066.49 mg;	Wartość energetyczna: 1601.36 kcal; Białko ogółem: 54.34 g; Tłuszcz: 50.21 g; Kw. tł. nasy.: 20.90 g; Węglowodany ogółem: 252.87 g; W tym cukry: 40.71 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sód: 2469.80 mg;	Wartość energetyczna: 1971.97 kcal; Białko ogółem: 86.50 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw. tł. nasy.: 26.87 g; Węglowodany ogółem: 290.17 g; W tym cukry: 55.68 g; Błonnik pok.: 33.12 g; Sód: 3350.73 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-23 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 45 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)					Przecier owocowo-warzywny jabłko-burak 120g 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2510.37 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 92.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 330.42 g; W tym cukry: 37.17 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sód: 3718.81 mg;	Wartość energetyczna: 2433.96 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; W tym cukry: 43.64 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sód: 3183.56 mg;	Wartość energetyczna: 2057.12 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 276.41 g; W tym cukry: 32.18 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sód: 3677.74 mg;	Wartość energetyczna: 2151.87 kcal; Białko ogółem: 105.50 g; Tłuszcz: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 12.42 g; Węglowodany ogółem: 327.12 g; W tym cukry: 34.51 g; Błonnik pok.: 24.64 g; Sód: 3117.83 mg;	Wartość energetyczna: 2746.15 kcal; Białko ogółem: 133.08 g; Tłuszcz: 82.28 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 388.58 g; W tym cukry: 68.30 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sód: 4786.36 mg;	Wartość energetyczna: 1515.21 kcal; Białko ogółem: 47.91 g; Tłuszcz: 52.48 g; Kw. tł. nasy.: 20.88 g; Węglowodany ogółem: 230.04 g; W tym cukry: 19.50 g; Błonnik pok.: 22.40 g; Sód: 2578.43 mg;	Wartość energetyczna: 2510.37 kcal; Białko ogółem: 113.45 g; Tłuszcz: 92.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 330.42 g; W tym cukry: 37.17 g; Błonnik pok.: 30.26 g; Sód: 3718.81 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-24 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 120 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo z natką pietruszki 25 g (MLE.) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 40 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
	Obiad	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 100 g Buraczki gotowane z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy # 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g (MLE, SO2.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z soczewicy* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z soczewicy* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 80 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Brokuł gotowany* 100 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.) Brokuł gotowany* 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет z soczewicy* 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2154.66 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sód: 2843.08 mg;	Wartość energetyczna: 2002.26 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; W tym cukry: 47.84 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sód: 2639.08 mg;	Wartość energetyczna: 1990.79 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 291.31 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 2602.43 mg;	Wartość energetyczna: 1691.87 kcal; Białko ogółem: 79.23 g; Tłuszcz: 34.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 283.22 g; W tym cukry: 38.02 g; Błonnik pok.: 23.18 g; Sód: 2516.23 mg;	Wartość energetyczna: 2226.24 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 64.62 g; Kw. tł. nasy.: 317.43 g; W tym cukry: 50.63 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sód: 3924.31 mg;	Wartość energetyczna: 1417.41 kcal; Białko ogółem: 44.21 g; Tłuszcz: 40.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.12 g; Węglowodany ogółem: 235.31 g; W tym cukry: 19.30 g; Błonnik pok.: 21.54 g; Sód: 2055.80 mg;	Wartość energetyczna: 2154.66 kcal; Białko ogółem: 89.65 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 319.16 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 31.95 g; Sód: 2843.08 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-25 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Serek naturalny Hej 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 200 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)			
		Wartość energetyczna: 2372.10 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; W tym cukry: 39.54 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sód: 2899.17 mg;	Wartość energetyczna: 2432.67 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 72.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 365.54 g; W tym cukry: 41.73 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sód: 2692.37 mg;	Wartość energetyczna: 2016.60 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 303.39 g; W tym cukry: 26.63 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 2227.57 mg;	Wartość energetyczna: 2095.10 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 45.33 g; Kw. tł. nasy.: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 37.92 g; Błonnik pok.: 20.80 g; Sód: 2699.86 mg;	Wartość energetyczna: 2707.39 kcal; Białko ogółem: 127.64 g; Tłuszcz: 82.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 380.46 g; W tym cukry: 48.24 g; Błonnik pok.: 20.39 g; Sód: 3859.86 mg;	Wartość energetyczna: 1606.12 kcal; Białko ogółem: 49.20 g; Tłuszcz: 59.22 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 233.98 g; W tym cukry: 18.97 g; Błonnik pok.: 18.29 g; Sód: 2077.02 mg;	Wartość energetyczna: 2372.10 kcal; Białko ogółem: 94.28 g; Tłuszcz: 72.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.84 g; Węglowodany ogółem: 359.01 g; W tym cukry: 39.54 g; Błonnik pok.: 24.27 g; Sód: 2899.17 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-26 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (<u>SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 50 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2045.52 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 320.84 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 2403.06 mg;	Wartość energetyczna: 2107.82 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 57.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sód: 2313.08 mg;	Wartość energetyczna: 1811.36 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 272.39 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sód: 2162.37 mg;	Wartość energetyczna: 1991.58 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 35.05 g; Kw. tł. nasy.: 11.33 g; Węglowodany ogółem: 347.81 g; W tym cukry: 110.30 g; Błonnik pok.: 24.45 g; Sód: 2654.20 mg;	Wartość energetyczna: 2399.82 kcal; Białko ogółem: 114.06 g; Tłuszcz: 69.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.77 g; Węglowodany ogółem: 346.04 g; W tym cukry: 102.90 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sód: 3327.68 mg;	Wartość energetyczna: 1492.42 kcal; Białko ogółem: 42.50 g; Tłuszcz: 43.35 g; Kw. tł. nasy.: 19.48 g; Węglowodany ogółem: 250.75 g; W tym cukry: 68.58 g; Błonnik pok.: 20.86 g; Sód: 2070.45 mg;	Wartość energetyczna: 2045.52 kcal; Białko ogółem: 88.81 g; Tłuszcz: 55.49 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 320.84 g; W tym cukry: 95.18 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 2403.06 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-27 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor 100 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor 100 g Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i brokuła 20 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pasta z cukiinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)						
		Wartość energetyczna: 2538.38 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 95.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 44.16 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sód: 4466.46 mg;	Wartość energetyczna: 2528.12 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 91.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 329.45 g; W tym cukry: 57.98 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sód: 2965.87 mg;	Wartość energetyczna: 2324.81 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 91.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 294.54 g; W tym cukry: 37.02 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sód: 4784.34 mg;	Wartość energetyczna: 2246.02 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 69.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.15 g; Węglowodany ogółem: 316.44 g; W tym cukry: 48.85 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 2900.14 mg;	Wartość energetyczna: 2818.62 kcal; Białko ogółem: 134.96 g; Tłuszcz: 107.37 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 347.51 g; W tym cukry: 62.99 g; Błonnik pok.: 27.54 g; Sód: 4316.21 mg;	Wartość energetyczna: 1658.21 kcal; Białko ogółem: 57.72 g; Tłuszcz: 60.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.22 g; Węglowodany ogółem: 238.94 g; W tym cukry: 33.77 g; Błonnik pok.: 23.68 g; Sód: 2196.19 mg;	Wartość energetyczna: 2538.38 kcal; Białko ogółem: 118.38 g; Tłuszcz: 95.30 g; Kw. tł. nasy.: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 327.98 g; W tym cukry: 44.16 g; Błonnik pok.: 33.77 g; Sód: 4466.46 mg;

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (MLE.) Marchew gotowana (bez oleju) 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 120 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 30 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 70 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (MLE.) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (GOR.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
II śN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		
Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02. Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód 60 g Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta warzywna # 100 g (SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)		Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
	Wartość energetyczna: 2180.10 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; W tym cukry: 47.31 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sód: 3394.49 mg;	Wartość energetyczna: 2142.69 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; W tym cukry: 42.55 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sód: 3044.37 mg;	Wartość energetyczna: 1974.05 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 39.20 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sód: 3105.70 mg;	Wartość energetyczna: 1811.38 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 42.48 g; Kw. tł. nasy.: 11.45 g; Węglowodany ogółem: 287.67 g; W tym cukry: 33.73 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 2968.03 mg;	Wartość energetyczna: 2411.55 kcal; Białko ogółem: 124.63 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.00 g; Węglowodany ogółem: 320.99 g; W tym cukry: 51.17 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sód: 4459.55 mg;	Wartość energetyczna: 1674.03 kcal; Białko ogółem: 47.31 g; Tłuszcz: 44.26 g; Kw. tł. nasy.: 20.35 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; W tym cukry: 17.27 g; Błonnik pok.: 23.02 g; Sód: 2169.70 mg;	Wartość energetyczna: 2180.10 kcal; Białko ogółem: 96.90 g; Tłuszcz: 75.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.27 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; W tym cukry: 47.31 g; Błonnik pok.: 29.19 g; Sód: 3394.49 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-29 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt		Kefir 1,5% 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kalafior gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 450 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kalafior gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 250 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kalafior gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)						
		Wartość energetyczna: 2352.85 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 84.36 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 337.29 g; W tym cukry: 55.74 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sód: 3607.66 mg;	Wartość energetyczna: 2374.08 kcal; Białko ogółem: 84.53 g; Tłuszcz: 80.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 59.88 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sód: 3050.85 mg;	Wartość energetyczna: 2141.35 kcal; Białko ogółem: 82.11 g; Tłuszcz: 80.68 g; Kw. tł. nasy.: 32.86 g; Węglowodany ogółem: 303.82 g; W tym cukry: 43.31 g; Błonnik pok.: 43.26 g; Sód: 3276.86 mg;	Wartość energetyczna: 2071.80 kcal; Białko ogółem: 78.04 g; Tłuszcz: 57.75 g; Kw. tł. nasy.: 11.66 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; W tym cukry: 51.00 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sód: 2903.07 mg;	Wartość energetyczna: 2661.78 kcal; Białko ogółem: 111.79 g; Tłuszcz: 91.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 365.83 g; W tym cukry: 65.61 g; Błonnik pok.: 27.65 g; Sód: 4241.47 mg;	Wartość energetyczna: 1870.43 kcal; Białko ogółem: 57.83 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 281.26 g; W tym cukry: 37.81 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sód: 2655.85 mg;	Wartość energetyczna: 2301.65 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 84.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 325.37 g; W tym cukry: 55.74 g; Błonnik pok.: 31.23 g; Sód: 3479.66 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-06-30 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 120 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana (bez oleju) 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 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 z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 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 z buraka 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2131.22 kcal; Białko ogółem: 85.66 g; Tłuszcz: 73.92 g; Kw. tł. nasy.: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 302.38 g; W tym cukry: 40.58 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sód: 3054.17 mg;	Wartość energetyczna: 2218.34 kcal; Białko ogółem: 86.44 g; Tłuszcz: 73.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 318.04 g; W tym cukry: 46.79 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sód: 2914.80 mg;	Wartość energetyczna: 1841.23 kcal; Białko ogółem: 79.97 g; Tłuszcz: 64.71 g; Kw. tł. nasy.: 25.99 g; Węglowodany ogółem: 262.21 g; W tym cukry: 52.82 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sód: 2488.94 mg;	Wartość energetyczna: 1930.93 kcal; Białko ogółem: 80.36 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.52 g; Węglowodany ogółem: 308.12 g; W tym cukry: 36.76 g; Błonnik pok.: 24.67 g; Sód: 3153.05 mg;	Wartość energetyczna: 2515.79 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 93.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.54 g; Węglowodany ogółem: 323.88 g; W tym cukry: 59.43 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sód: 4247.70 mg;	Wartość energetyczna: 1718.63 kcal; Białko ogółem: 53.96 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 22.08 g; Węglowodany ogółem: 264.40 g; W tym cukry: 23.61 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sód: 2601.50 mg;	Wartość energetyczna: 2080.02 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 290.46 g; W tym cukry: 40.58 g; Błonnik pok.: 26.67 g; Sód: 2926.17 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-07-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 120 g (MLE.) Arbuz 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Dżem 60 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona (bez oleju) * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (GLU JĘCZ.) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty białej # 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 120 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 70 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2439.55 kcal; Białko ogółem: 99.22 g; Tłuszcz: 67.85 g; Kw. tł. nasy.: 29.33 g; Węglowodany ogółem: 387.27 g; W tym cukry: 76.46 g; Błonnik pok.: 35.67 g; Sód: 3034.46 mg;	Wartość energetyczna: 2352.99 kcal; Białko ogółem: 98.58 g; Tłuszcz: 63.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.66 g; Węglowodany ogółem: 365.10 g; W tym cukry: 72.79 g; Błonnik pok.: 24.78 g; Sód: 2559.14 mg;	Wartość energetyczna: 2096.74 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sód: 3199.45 mg;	Wartość energetyczna: 2147.79 kcal; Białko ogółem: 97.17 g; Tłuszcz: 44.35 g; Kw. tł. nasy.: 13.51 g; Węglowodany ogółem: 357.84 g; W tym cukry: 64.36 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sód: 2572.74 mg;	Wartość energetyczna: 2594.68 kcal; Białko ogółem: 120.48 g; Tłuszcz: 68.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 393.37 g; W tym cukry: 97.48 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 3568.51 mg;	Wartość energetyczna: 1604.89 kcal; Białko ogółem: 50.99 g; Tłuszcz: 38.47 g; Kw. tł. nasy.: 13.46 g; Węglowodany ogółem: 279.33 g; W tym cukry: 71.62 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sód: 2116.16 mg;	Wartość energetyczna: 2526.22 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 73.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 385.66 g; W tym cukry: 88.92 g; Błonnik pok.: 35.61 g; Sód: 2825.61 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-07-02 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>)		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>)	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ,</u>)			
		Wartość energetyczna: 2478.13 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 95.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 343.76 g; W tym cukry: 56.15 g; Błonnik pok.: 37.45 g; Sód: 2823.47 mg;	Wartość energetyczna: 2234.63 kcal; Białko ogółem: 94.66 g; Tłuszcz: 69.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 319.72 g; W tym cukry: 47.88 g; Błonnik pok.: 18.59 g; Sód: 2677.29 mg;	Wartość energetyczna: 2363.19 kcal; Białko ogółem: 91.96 g; Tłuszcz: 93.18 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 324.22 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 40.80 g; Sód: 2545.68 mg;	Wartość energetyczna: 1940.22 kcal; Białko ogółem: 87.34 g; Tłuszcz: 46.52 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 303.96 g; W tym cukry: 38.34 g; Błonnik pok.: 17.21 g; Sód: 2602.09 mg;	Wartość energetyczna: 2422.25 kcal; Białko ogółem: 118.16 g; Tłuszcz: 77.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 324.94 g; W tym cukry: 61.02 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sód: 4035.79 mg;	Wartość energetyczna: 1621.07 kcal; Białko ogółem: 52.59 g; Tłuszcz: 50.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 251.77 g; W tym cukry: 21.45 g; Błonnik pok.: 18.76 g; Sód: 2272.03 mg;	Wartość energetyczna: 2426.93 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 95.21 g; Kw. tł. nasy.: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 331.84 g; W tym cukry: 56.15 g; Błonnik pok.: 36.79 g; Sód: 2695.47 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-07-03 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 120 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 50 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)						
		Wartość energetyczna: 2113.22 kcal; Białko ogółem: 90.83 g; Tłuszcz: 66.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 311.69 g; W tym cukry: 83.94 g; Błonnik pok.: 28.95 g; Sód: 2620.32 mg;	Wartość energetyczna: 2178.01 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.64 g; Węglowodany ogółem: 234.39 g; W tym cukry: 86.20 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sód: 2551.85 mg;	Wartość energetyczna: 1904.54 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 271.94 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 32.85 g; Sód: 2181.18 mg;	Wartość energetyczna: 2033.81 kcal; Białko ogółem: 96.77 g; Tłuszcz: 45.38 g; Kw. tł. nasy.: 14.65 g; Węglowodany ogółem: 326.35 g; W tym cukry: 88.04 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sód: 2509.25 mg;	Wartość energetyczna: 2368.88 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 327.90 g; W tym cukry: 92.11 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sód: 3437.25 mg;	Wartość energetyczna: 1555.88 kcal; Białko ogółem: 50.47 g; Tłuszcz: 48.74 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 246.09 g; W tym cukry: 59.83 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sód: 2165.07 mg;	Wartość energetyczna: 2062.02 kcal; Białko ogółem: 89.61 g; Tłuszcz: 65.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.75 g; Węglowodany ogółem: 299.77 g; W tym cukry: 83.94 g; Błonnik pok.: 28.29 g; Sód: 2492.32 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-07-04 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociółek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		
		Wartość energetyczna: 2403.33 kcal; Białko ogółem: 86.33 g; Tłuszcz: 80.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 359.81 g; W tym cukry: 47.43 g; Błonnik pok.: 38.66 g; Sód: 3246.61 mg;	Wartość energetyczna: 2512.33 kcal; Białko ogółem: 98.17 g; Tłuszcz: 77.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 374.33 g; W tym cukry: 52.13 g; Błonnik pok.: 26.01 g; Sód: 2863.29 mg;	Wartość energetyczna: 2077.86 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 306.72 g; W tym cukry: 59.69 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sód: 2661.96 mg;	Wartość energetyczna: 2230.23 kcal; Białko ogółem: 91.77 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nasy.: 13.44 g; Węglowodany ogółem: 361.32 g; W tym cukry: 43.00 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sód: 2797.56 mg;	Wartość energetyczna: 2842.83 kcal; Białko ogółem: 121.63 g; Tłuszcz: 94.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.62 g; Węglowodany ogółem: 397.00 g; W tym cukry: 59.34 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sód: 4268.13 mg;	Wartość energetyczna: 1772.12 kcal; Białko ogółem: 51.91 g; Tłuszcz: 56.32 g; Kw. tł. nasy.: 21.89 g; Węglowodany ogółem: 283.19 g; W tym cukry: 26.73 g; Błonnik pok.: 22.46 g; Sód: 2430.68 mg;	Wartość energetyczna: 2352.13 kcal; Białko ogółem: 85.11 g; Tłuszcz: 80.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.59 g; Węglowodany ogółem: 347.89 g; W tym cukry: 47.43 g; Błonnik pok.: 38.00 g; Sód: 3118.61 mg;

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R C01 Podstawowa
2026-07-05 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb Graham 120 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Tuszczo do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona (bez oleju) * 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 200 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 200 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 50 g (GLUPSZ, JAJ.) Sos własny () 120 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 200 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ser żółty 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ser żółty 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Tuszczo do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ, MLE, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ser żółty 40 g (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)					Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE , GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
		Wartość energetyczna: 2229.56 kcal; Białko ogółem: 121.32 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 40.01 g; Węglowodany ogółem: 294.15 g; W tym cukry: 58.93 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 3545.36 mg;	Wartość energetyczna: 2235.90 kcal; Białko ogółem: 119.23 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 30.68 g; Węglowodany ogółem: 304.01 g; W tym cukry: 61.79 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 3158.32 mg;	Wartość energetyczna: 2019.90 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 261.86 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sód: 4010.67 mg;	Wartość energetyczna: 1910.17 kcal; Białko ogółem: 112.14 g; Tłuszcz: 45.00 g; Kw. tł. nasy.: 14.16 g; Węglowodany ogółem: 285.57 g; W tym cukry: 52.67 g; Błonnik pok.: 23.87 g; Sód: 3086.29 mg;	Wartość energetyczna: 2360.80 kcal; Białko ogółem: 139.32 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 306.71 g; W tym cukry: 73.55 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sód: 4940.72 mg;	Wartość energetyczna: 1524.98 kcal; Białko ogółem: 48.67 g; Tłuszcz: 47.27 g; Kw. tł. nasy.: 20.24 g; Węglowodany ogółem: 244.19 g; W tym cukry: 48.90 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sód: 2139.77 mg;	Wartość energetyczna: 2178.36 kcal; Białko ogółem: 120.10 g; Tłuszcz: 74.82 g; Kw. tł. nasy.: 39.95 g; Węglowodany ogółem: 282.23 g; W tym cukry: 58.93 g; Błonnik pok.: 23.65 g; Sód: 3417.36 mg;

2026-06-22 poniedziałek	Śniadanie	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
			Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2024.51 kcal; Białko ogółem: 86.28 g; Tłuszcz: 63.58 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 295.11 g; W tym cukry: 62.56 g; Błonnik pok.: 26.98 g; Sód: 3221.22 mg;	Wartość energetyczna: 1860.68 kcal; Białko ogółem: 87.13 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.56 g; Węglowodany ogółem: 271.92 g; W tym cukry: 49.92 g; Błonnik pok.: 34.93 g; Sód: 3089.50 mg;

2026-06-23 wtorek	Śniadanie	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Kolacja		
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2433.96 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 340.13 g; W tym cukry: 43.64 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sód: 3183.56 mg;	Wartość energetyczna: 2057.12 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 73.21 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 276.41 g; W tym cukry: 32.18 g; Błonnik pok.: 31.79 g; Sód: 3677.74 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-06-24 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Ćwikła z chrzanem b/c 200 g (<u>MLE, S02.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2002.26 kcal; Białko ogółem: 86.48 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 25.79 g; Węglowodany ogółem: 302.55 g; W tym cukry: 47.84 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sód: 2639.08 mg;	Wartość energetyczna: 1990.79 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 66.15 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 291.31 g; W tym cukry: 40.92 g; Błonnik pok.: 33.72 g; Sód: 2602.43 mg;

2026-06-25 czwartek		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u> <u>GLU</u> <u>JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>MLE.</u> <u>SEL.</u>) Risotto z mięs drob i warzywami# 350 g (<u>SEL.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Salata zielona z jogurtem 80 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>GLU</u> <u>ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salatka jarzynowa z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN		Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ.</u> <u>JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2179.07 kcal; Białko ogółem: 89.42 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 317.30 g; W tym cukry: 41.73 g; Błonnik pok.: 20.37 g; Sód: 2340.37 mg;	Wartość energetyczna: 2016.60 kcal; Białko ogółem: 85.65 g; Tłuszcz: 64.36 g; Kw. tł. nasy.: 25.06 g; Węglowodany ogółem: 303.39 g; W tym cukry: 26.63 g; Błonnik pok.: 31.17 g; Sód: 2227.57 mg;

2026-06-26 piątek		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Przecier owocowy jabłko-truskawka 120g 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2107.82 kcal; Białko ogółem: 88.13 g; Tłuszcz: 57.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.51 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; W tym cukry: 94.68 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sód: 2313.08 mg;	Wartość energetyczna: 1811.36 kcal; Białko ogółem: 88.30 g; Tłuszcz: 53.51 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 272.39 g; W tym cukry: 71.13 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sód: 2162.37 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-06-27 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Rzepa biała 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta z cukinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta z cukinii i marchewki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2528.12 kcal; Białko ogółem: 114.50 g; Tłuszcz: 91.83 g; Kw. tł. nasy.: 35.50 g; Węglowodany ogółem: 329.45 g; W tym cukry: 57.98 g; Błonnik pok.: 26.71 g; Sód: 2965.87 mg;	Wartość energetyczna: 2324.81 kcal; Białko ogółem: 113.30 g; Tłuszcz: 91.03 g; Kw. tł. nasy.: 32.90 g; Węglowodany ogółem: 294.54 g; W tym cukry: 37.02 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sód: 4784.34 mg;

2026-06-28 niedziela		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 70 g (<u>GOR.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (<u>GLUPSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , może zawierać: <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>S02.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z poł. kawałków miesa 40 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u> , może zawierać: <u>JAJ.</u> , <u>SEL.</u> , <u>GOR.</u> , <u>S02.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ.</u> , <u>GLU ŻYT.</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2142.69 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 68.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.69 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; W tym cukry: 42.55 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sód: 3044.37 mg;	Wartość energetyczna: 1974.05 kcal; Białko ogółem: 96.41 g; Tłuszcz: 69.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 270.80 g; W tym cukry: 39.20 g; Błonnik pok.: 33.63 g; Sód: 3105.70 mg;

2026-06-29 poniedziałek		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Sałatka wiosenna 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 200 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2318.88 kcal; Białko ogółem: 82.75 g; Tłuszcz: 80.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 333.87 g; W tym cukry: 59.64 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sód: 2974.05 mg;	Wartość energetyczna: 2254.17 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 317.76 g; W tym cukry: 50.70 g; Błonnik pok.: 43.57 g; Sód: 3404.95 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-06-30 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2163.14 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.39 g; Węglowodany ogółem: 306.14 g; W tym cukry: 46.55 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 2838.00 mg;	Wartość energetyczna: 1795.63 kcal; Białko ogółem: 78.21 g; Tłuszcz: 64.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 251.57 g; W tym cukry: 52.76 g; Błonnik pok.: 26.19 g; Sód: 2392.94 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-01 środa	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2297.79 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 353.20 g; W tym cukry: 72.55 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 2482.34 mg;	Wartość energetyczna: 2096.74 kcal; Białko ogółem: 90.27 g; Tłuszcz: 56.04 g; Kw. tł. nasy.: 24.74 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; W tym cukry: 67.56 g; Błonnik pok.: 35.34 g; Sód: 3199.45 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-02 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszet z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: OZI, ORZ.</u>)	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2179.43 kcal; Białko ogółem: 92.88 g; Tłuszcz: 68.83 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 307.82 g; W tym cukry: 47.64 g; Błonnik pok.: 18.23 g; Sód: 2600.49 mg;	Wartość energetyczna: 2491.19 kcal; Białko ogółem: 95.01 g; Tłuszcz: 93.83 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 354.02 g; W tym cukry: 46.76 g; Błonnik pok.: 42.45 g; Sód: 2865.68 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-03 piątek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Miruna) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2122.81 kcal; Białko ogółem: 91.88 g; Tłuszcz: 63.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; W tym cukry: 85.96 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sód: 2475.05 mg;	Wartość energetyczna: 1904.54 kcal; Białko ogółem: 87.47 g; Tłuszcz: 64.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.84 g; Węglowodany ogółem: 271.94 g; W tym cukry: 52.62 g; Błonnik pok.: 32.85 g; Sód: 2181.18 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-04 sobota	Śniadanie	Plątki owsiane na mleku 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami * 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PZ	Rogal drożdżowy 80g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2457.13 kcal; Białko ogółem: 96.39 g; Tłuszcz: 77.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 362.43 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 25.65 g; Sód: 2786.49 mg;	Wartość energetyczna: 2077.86 kcal; Białko ogółem: 78.82 g; Tłuszcz: 73.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 306.72 g; W tym cukry: 59.69 g; Błonnik pok.: 40.43 g; Sód: 2661.96 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-05 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> .) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u> .) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> .)	Chleb Graham 120 g (<u>GLUPSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u> .) Kalarepa 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ</u> .)
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> .) Schab pieczony w rękawie 80 g Sos własny () 120 ml (<u>GLUPSZ</u> , <u>SEL</u> .) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE</u> .) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ</u> .) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ</u> , <u>GLU ŻYT</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u> .) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLUPSZ</u> .) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u> .) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u> .) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u> .)	
		Wartość energetyczna: 2180.70 kcal; Białko ogółem: 117.45 g; Tłuszcz: 69.42 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 292.11 g; W tym cukry: 61.55 g; Błonnik pok.: 23.75 g; Sód: 3081.52 mg;	Wartość energetyczna: 2019.90 kcal; Białko ogółem: 116.26 g; Tłuszcz: 71.27 g; Kw. tł. nasy.: 37.19 g; Węglowodany ogółem: 261.86 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 27.09 g; Sód: 4010.67 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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