

		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
2026-07-06 poniedziałek	Śniadanie	Platki 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	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 70 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>) 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Platki 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</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 szkolna- wp. parzona 100 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g	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>) Dżem 50 g Banan 1 szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 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>) Ogórek świeży 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	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka (bez oleju) b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL,</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 100 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g	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>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>)	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2394.81 kcal; Białko ogółem: 86.52 g; Tłuszcz: 87.45 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 344.46 g; W tym cukry: 53.68 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sód: 3487.68 mg;	Wartość energetyczna: 2142.61 kcal; Białko ogółem: 81.29 g; Tłuszcz: 63.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 332.12 g; W tym cukry: 56.73 g; Błonnik pok.: 29.17 g; Sód: 2967.44 mg;	Wartość energetyczna: 2181.50 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 301.18 g; W tym cukry: 42.90 g; Błonnik pok.: 41.47 g; Sód: 3940.90 mg;	Wartość energetyczna: 1982.91 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 44.73 g; Kw. tł. nasy.: 13.21 g; Węglowodany ogółem: 333.64 g; W tym cukry: 53.62 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sód: 3202.20 mg;	Wartość energetyczna: 2396.09 kcal; Białko ogółem: 105.37 g; Tłuszcz: 73.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 349.33 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sód: 4640.92 mg;	Wartość energetyczna: 1701.52 kcal; Białko ogółem: 41.17 g; Tłuszcz: 42.85 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 306.47 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 25.71 g; Sód: 1695.54 mg;	Wartość energetyczna: 2392.01 kcal; Białko ogółem: 86.79 g; Tłuszcz: 87.48 g; Kw. tł. nasy.: 34.88 g; Węglowodany ogółem: 343.82 g; W tym cukry: 53.71 g; Błonnik pok.: 37.56 g; Sód: 3471.68 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	
2026-07-07 wtorek	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 i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</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>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 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>)	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 i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 100 g	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 i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Zacierka 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>) Pasta z twarogu i warzyw 120 g (<u>MLE, SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Pomidor 100 g Zacierka 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 warzyw 30 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor b/skórki 100 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 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		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)			
	Obiad	Szczawiowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Karczek pieczony 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z pora i jabłka () 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szczawiowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z pora i jabłka () 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane (bez oleju) b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 100 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szczawiowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Karczek pieczony 80 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko 200 g Sos meksykański 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z pora i jabłka () 200 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>) Kalarepa 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 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Kalarepa 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 warzywna # 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 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 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>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL,</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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Kalarepa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
PN		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)					Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2356.68 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 76.36 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 330.94 g; W tym cukry: 52.31 g; Błonnik pok.: 30.89 g; Sód: 2656.25 mg;	Wartość energetyczna: 2308.06 kcal; Białko ogółem: 102.07 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 330.66 g; W tym cukry: 51.69 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sód: 2290.79 mg;	Wartość energetyczna: 2027.39 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 290.91 g; W tym cukry: 44.04 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sód: 3068.99 mg;	Wartość energetyczna: 2171.05 kcal; Białko ogółem: 101.83 g; Tłuszcz: 56.23 g; Kw. tł. nasy.: 13.94 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; W tym cukry: 51.39 g; Błonnik pok.: 22.30 g; Sód: 2304.05 mg;	Wartość energetyczna: 2544.76 kcal; Białko ogółem: 123.41 g; Tłuszcz: 79.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.95 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; W tym cukry: 76.72 g; Błonnik pok.: 23.27 g; Sód: 2643.53 mg;	Wartość energetyczna: 1558.81 kcal; Białko ogółem: 48.97 g; Tłuszcz: 48.71 g; Kw. tł. nasy.: 20.67 g; Węglowodany ogółem: 249.04 g; W tym cukry: 41.92 g; Błonnik pok.: 24.10 g; Sód: 1921.52 mg;	Wartość energetyczna: 2353.88 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 330.30 g; W tym cukry: 52.34 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sód: 2640.25 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	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) 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>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Cukinia pieczona z olejem * 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>) Ogórek świeży 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<u>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>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 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 20 g (<u>SOJ</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży 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	Pieczarkowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ryż na sypko 150 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)	Pieczarkowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>)
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 rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 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 rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 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 Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 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 rybno- warzywny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt 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>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml Pomidor 100 g
PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>)					Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2289.03 kcal; Białko ogółem: 110.57 g; Tłuszcz: 85.96 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 295.02 g; W tym cukry: 44.86 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sód: 3741.49 mg;	Wartość energetyczna: 2458.50 kcal; Białko ogółem: 115.17 g; Tłuszcz: 89.40 g; Kw. tł. nasy.: 36.09 g; Węglowodany ogółem: 319.72 g; W tym cukry: 47.53 g; Błonnik pok.: 22.19 g; Sód: 3745.29 mg;	Wartość energetyczna: 2130.53 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 264.68 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sód: 3502.30 mg;	Wartość energetyczna: 2184.40 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 58.79 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 324.14 g; W tym cukry: 52.94 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sód: 3841.28 mg;	Wartość energetyczna: 2744.40 kcal; Białko ogółem: 139.23 g; Tłuszcz: 99.16 g; Kw. tł. nasy.: 39.75 g; Węglowodany ogółem: 345.25 g; W tym cukry: 71.32 g; Błonnik pok.: 23.17 g; Sód: 4421.64 mg;	Wartość energetyczna: 1833.44 kcal; Białko ogółem: 49.73 g; Tłuszcz: 51.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.08 g; Węglowodany ogółem: 309.29 g; W tym cukry: 70.88 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sód: 1795.19 mg;	Wartość energetyczna: 2286.23 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 85.99 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 294.38 g; W tym cukry: 44.89 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sód: 3725.49 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
2026-07-09 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) 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>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</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>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>)	Platki 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>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa (bez oleju) # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 120 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</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 i siemienia z natką pietruszki 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Salatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II śN			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Salatka szwedzka z olejem b/c 200 g (<u>GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Cukinia pieczona * (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 200 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g	Barszcz biały z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 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>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)					Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2518.49 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 379.67 g; W tym cukry: 70.13 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sód: 4015.74 mg;	Wartość energetyczna: 2428.45 kcal; Białko ogółem: 98.03 g; Tłuszcz: 86.56 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 334.06 g; W tym cukry: 70.19 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sód: 2712.24 mg;	Wartość energetyczna: 2198.25 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; W tym cukry: 48.32 g; Błonnik pok.: 37.98 g; Sód: 3532.19 mg;	Wartość energetyczna: 2128.58 kcal; Białko ogółem: 96.43 g; Tłuszcz: 60.41 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 318.31 g; W tym cukry: 60.30 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sód: 2780.75 mg;	Wartość energetyczna: 2653.96 kcal; Białko ogółem: 117.10 g; Tłuszcz: 92.98 g; Kw. tł. nasy.: 36.52 g; Węglowodany ogółem: 358.50 g; W tym cukry: 73.06 g; Błonnik pok.: 32.95 g; Sód: 3001.32 mg;	Wartość energetyczna: 1798.40 kcal; Białko ogółem: 54.40 g; Tłuszcz: 62.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.43 g; Węglowodany ogółem: 271.06 g; W tym cukry: 47.19 g; Błonnik pok.: 24.47 g; Sód: 2167.66 mg;	Wartość energetyczna: 2387.69 kcal; Białko ogółem: 92.85 g; Tłuszcz: 82.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 349.23 g; W tym cukry: 70.16 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sód: 3679.74 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
2026-07-10 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 Jabłko 1 szt 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 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>) Twaróg półtłusty 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>)	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 Jabłko 1 szt 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 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>) Twaróg półtłusty 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>)	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>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 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			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 50 g (<u>RYB,</u>) Ryż na sypko 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki 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 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>) 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>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</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 Pomidor b/skórki 100 g	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	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>)		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2374.60 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 337.97 g; W tym cukry: 82.22 g; Błonnik pok.: 28.57 g; Sód: 2528.76 mg;	Wartość energetyczna: 2436.90 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 68.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 343.25 g; W tym cukry: 81.72 g; Błonnik pok.: 24.89 g; Sód: 2438.78 mg;	Wartość energetyczna: 1945.52 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 279.13 g; W tym cukry: 68.20 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sód: 2132.75 mg;	Wartość energetyczna: 2243.06 kcal; Białko ogółem: 104.25 g; Tłuszcz: 45.78 g; Kw. tł. nasy.: 12.89 g; Węglowodany ogółem: 342.50 g; W tym cukry: 81.40 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sód: 2631.07 mg;	Wartość energetyczna: 2691.51 kcal; Białko ogółem: 125.38 g; Tłuszcz: 75.50 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 366.56 g; W tym cukry: 108.04 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 3155.71 mg;	Wartość energetyczna: 1719.32 kcal; Białko ogółem: 54.06 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 20.42 g; Węglowodany ogółem: 280.14 g; W tym cukry: 69.14 g; Błonnik pok.: 20.14 g; Sód: 1588.89 mg;	Wartość energetyczna: 2371.80 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; W tym cukry: 82.25 g; Błonnik pok.: 28.81 g; Sód: 2512.76 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 (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, SO2.) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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, SO2.) 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, SO2.) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	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, SO2.) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tuszczo 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, SO2.) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 50 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, SO2.) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 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, SO2.) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		
Obiad	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Kasza bulgur 150 g (GLU PSZ.) Gulasz wieprzowy- dieta 100 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ryżem # 300 ml (MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g 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.) Sałatka wiosenna 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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka wiosenna - diety 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.) Sałatka wiosenna 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.) Tuszczo do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 1 szt	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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałatka wiosenna - diety 100 g	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.) Sałatka wiosenna 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (MLE, GLU OW.)						
	Wartość energetyczna: 2464.73 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 91.32 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 328.84 g; W tym cukry: 59.87 g; Błonnik pok.: 34.74 g; Sód: 3447.35 mg;	Wartość energetyczna: 2468.31 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 317.10 g; W tym cukry: 63.73 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sód: 3245.81 mg;	Wartość energetyczna: 2250.24 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 295.77 g; W tym cukry: 53.81 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sód: 3763.62 mg;	Wartość energetyczna: 2267.78 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 68.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.86 g; Węglowodany ogółem: 324.60 g; W tym cukry: 69.26 g; Błonnik pok.: 29.07 g; Sód: 3252.57 mg;	Wartość energetyczna: 2739.06 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 103.58 g; Kw. tł. nasy.: 35.51 g; Węglowodany ogółem: 346.08 g; W tym cukry: 99.05 g; Błonnik pok.: 27.58 g; Sód: 4545.90 mg;	Wartość energetyczna: 1918.53 kcal; Białko ogółem: 55.90 g; Tłuszcz: 61.33 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 299.32 g; W tym cukry: 71.18 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 1894.70 mg;	Wartość energetyczna: 2461.93 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 91.35 g; Kw. tł. nasy.: 32.98 g; Węglowodany ogółem: 328.20 g; W tym cukry: 59.90 g; Błonnik pok.: 34.98 g; Sód: 3431.35 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
2026-07-12 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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 twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 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>) Brzoskwinia 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 Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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 dżemem brzoskwinowym 30 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt 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	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 50 g (<u>GLU PSZ, JA.</u>) Ryż na sypko 100 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 130 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 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>) Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 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>) Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 g	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>) Sałata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)					Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2321.61 kcal; Białko ogółem: 106.05 g; Tłuszcz: 77.01 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; W tym cukry: 83.60 g; Błonnik pok.: 29.28 g; Sód: 2761.39 mg;	Wartość energetyczna: 2428.49 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 78.59 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 336.07 g; W tym cukry: 83.70 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sód: 2768.69 mg;	Wartość energetyczna: 2057.00 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 76.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sód: 2569.98 mg;	Wartość energetyczna: 2255.96 kcal; Białko ogółem: 111.16 g; Tłuszcz: 59.64 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 335.80 g; W tym cukry: 83.51 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sód: 2782.22 mg;	Wartość energetyczna: 2661.30 kcal; Białko ogółem: 132.71 g; Tłuszcz: 84.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.41 g; Węglowodany ogółem: 360.07 g; W tym cukry: 108.01 g; Błonnik pok.: 24.75 g; Sód: 3069.19 mg;	Wartość energetyczna: 1753.42 kcal; Białko ogółem: 57.82 g; Tłuszcz: 51.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.58 g; Węglowodany ogółem: 279.95 g; W tym cukry: 72.37 g; Błonnik pok.: 19.94 g; Sód: 1881.04 mg;	Wartość energetyczna: 2318.81 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.43 g; Węglowodany ogółem: 324.12 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 29.52 g; Sód: 2745.39 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
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem* 100 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 (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 100 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLUPSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 20 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 200 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 170 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 60 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g	Kapuśniak z kapusty białej # 300 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (GLU PSZ.) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (MLE.) Pomidor 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.) Pasta z twarogu i brokuła 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (MLE.) Pomidor 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 Pasta z twarogu i brokuła 60 g (MLE.) Pomidor b/skórki 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.) Pasta z twarogu i brokuła 120 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i brokuła 30 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mix sałat 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2246.55 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 76.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 317.42 g; W tym cukry: 42.69 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 2544.67 mg;	Wartość energetyczna: 2247.36 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 72.86 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 41.45 g; Błonnik pok.: 24.36 g; Sód: 2232.05 mg;	Wartość energetyczna: 2130.29 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 307.99 g; W tym cukry: 29.14 g; Błonnik pok.: 40.02 g; Sód: 2611.33 mg;	Wartość energetyczna: 1983.88 kcal; Białko ogółem: 88.12 g; Tłuszcz: 47.97 g; Kw. tł. nasy.: 13.44 g; Węglowodany ogółem: 319.75 g; W tym cukry: 60.05 g; Błonnik pok.: 29.58 g; Sód: 2373.29 mg;	Wartość energetyczna: 2613.09 kcal; Białko ogółem: 115.59 g; Tłuszcz: 87.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 360.33 g; W tym cukry: 54.33 g; Błonnik pok.: 26.55 g; Sód: 3352.84 mg;	Wartość energetyczna: 1797.35 kcal; Białko ogółem: 62.75 g; Tłuszcz: 55.80 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 276.39 g; W tym cukry: 24.76 g; Błonnik pok.: 20.54 g; Sód: 1956.81 mg;	Wartość energetyczna: 2225.89 kcal; Białko ogółem: 93.57 g; Tłuszcz: 75.87 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 316.78 g; W tym cukry: 42.72 g; Błonnik pok.: 29.73 g; Sód: 2510.12 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
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL,</u>) 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>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL,</u>) 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>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL,</u>) 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Banan 1szt. 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkami białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Sałata zielona 20 g
	II SN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 200 g Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Solferino # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 200 g Kompot owocowy* 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 rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Kalafor gotowany* 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany* 100 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>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLUPSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor 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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok warzywno-owocowy tłoczony 100% 0,2l 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kalafor gotowany* 100 g	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 rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Kalafor gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>)						Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2621.55 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz: 86.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 376.47 g; W tym cukry: 66.66 g; Błonnik pok.: 36.99 g; Sód: 3003.97 mg;	Wartość energetyczna: 2409.77 kcal; Białko ogółem: 108.37 g; Tłuszcz: 70.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 353.10 g; W tym cukry: 54.36 g; Błonnik pok.: 28.41 g; Sód: 2932.80 mg;	Wartość energetyczna: 2482.94 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; W tym cukry: 60.44 g; Błonnik pok.: 40.76 g; Sód: 2765.52 mg;	Wartość energetyczna: 2171.57 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 16.41 g; Węglowodany ogółem: 337.82 g; W tym cukry: 55.83 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sód: 2959.15 mg;	Wartość energetyczna: 2698.17 kcal; Białko ogółem: 133.89 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.50 g; Węglowodany ogółem: 379.29 g; W tym cukry: 62.43 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sód: 3534.26 mg;	Wartość energetyczna: 1697.05 kcal; Białko ogółem: 58.32 g; Tłuszcz: 45.06 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 282.40 g; W tym cukry: 54.51 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 1923.71 mg;	Wartość energetyczna: 2618.75 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 86.42 g; Kw. tł. nasy.: 32.44 g; Węglowodany ogółem: 375.83 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 37.23 g; Sód: 2987.97 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	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt 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.) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (MLE) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 120 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 50 g (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
II ŚN			Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE)		
Obiad	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Dynam duszona z marchewką (bez oleju) # 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 50 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy 120 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko 100 g Dynam duszona z marchewką # 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 100 g (GLU PSZ.) Sos brokułowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (MLE) 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) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) 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) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) 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.) Tuszc do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) 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) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 80 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 25 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE)		Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2227.81 kcal; Białko ogółem: 92.36 g; Tłuszcz: 80.58 g; Kw. tł. nasy.: 39.90 g; Węglowodany ogółem: 304.41 g; W tym cukry: 61.14 g; Błonnik pok.: 23.44 g; Sód: 3016.87 mg;	Wartość energetyczna: 2183.31 kcal; Białko ogółem: 85.18 g; Tłuszcz: 69.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.35 g; Węglowodany ogółem: 318.02 g; W tym cukry: 70.92 g; Błonnik pok.: 18.94 g; Sód: 2422.07 mg;	Wartość energetyczna: 2002.11 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 286.53 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sód: 3577.57 mg;	Wartość energetyczna: 2070.17 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 44.73 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; W tym cukry: 79.29 g; Błonnik pok.: 24.94 g; Sód: 2564.86 mg;	Wartość energetyczna: 2575.98 kcal; Białko ogółem: 118.46 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 18.58 g; Sód: 3467.67 mg;	Wartość energetyczna: 1844.34 kcal; Białko ogółem: 48.77 g; Tłuszcz: 48.42 g; Kw. tł. nasy.: 20.03 g; Węglowodany ogółem: 318.20 g; W tym cukry: 86.12 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sód: 2132.43 mg;	Wartość energetyczna: 2210.97 kcal; Białko ogółem: 92.18 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 39.84 g; Węglowodany ogółem: 301.68 g; W tym cukry: 60.83 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sód: 2997.39 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
2026-07-16 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, 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>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) 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 Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</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>) Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 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 20 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 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>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g 300 ml Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany (bez oleju)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</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>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, 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>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</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>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, 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 Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</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>) Pasta z tofu i marchewki 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 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>) Pasta z tofu i marchewki 30 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 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>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2554.00 kcal; Białko ogółem: 96.79 g; Tłuszcz: 95.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 353.88 g; W tym cukry: 50.53 g; Błonnik pok.: 39.44 g; Sód: 3108.65 mg;	Wartość energetyczna: 2469.50 kcal; Białko ogółem: 97.42 g; Tłuszcz: 87.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.98 g; Węglowodany ogółem: 304.66 g; W tym cukry: 48.67 g; Błonnik pok.: 27.66 g; Sód: 2722.14 mg;	Wartość energetyczna: 2251.19 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 40.42 g; Sód: 2699.94 mg;	Wartość energetyczna: 2296.48 kcal; Białko ogółem: 97.18 g; Tłuszcz: 68.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 340.26 g; W tym cukry: 48.36 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sód: 2735.40 mg;	Wartość energetyczna: 2649.50 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 92.13 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 357.42 g; W tym cukry: 72.29 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sód: 3040.72 mg;	Wartość energetyczna: 1683.56 kcal; Białko ogółem: 54.79 g; Tłuszcz: 56.94 g; Kw. tł. nasy.: 20.77 g; Węglowodany ogółem: 254.91 g; W tym cukry: 41.30 g; Błonnik pok.: 22.96 g; Sód: 2122.66 mg;	Wartość energetyczna: 2551.20 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 95.87 g; Kw. tł. nasy.: 30.66 g; Węglowodany ogółem: 353.24 g; W tym cukry: 50.56 g; Błonnik pok.: 39.68 g; Sód: 3092.65 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
2026-07-17 piątek	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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 50 g Arbuz 150 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>) Serek twarogowy homogenizowany 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>) Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) 1 szt Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g Dżem 50 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Zacierka 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>) Serek twarogowy homogenizowany 120 g (<u>MLE.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Arbuz 150 g Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</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>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 50 g Arbuz 150 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		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z kapusty młodej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # (bez oleju) 150 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 60 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) 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>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 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>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 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>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* (bez oleju) 70 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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	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 Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	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>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)					Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2293.37 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 76.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 324.30 g; W tym cukry: 88.24 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sód: 2463.50 mg;	Wartość energetyczna: 2289.62 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 70.25 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 328.51 g; W tym cukry: 89.90 g; Błonnik pok.: 20.84 g; Sód: 2286.76 mg;	Wartość energetyczna: 2031.66 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 273.38 g; W tym cukry: 56.65 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sód: 2171.48 mg;	Wartość energetyczna: 2016.45 kcal; Białko ogółem: 99.63 g; Tłuszcz: 43.04 g; Kw. tł. nasy.: 13.79 g; Węglowodany ogółem: 321.93 g; W tym cukry: 78.77 g; Błonnik pok.: 21.42 g; Sód: 2599.84 mg;	Wartość energetyczna: 2432.43 kcal; Białko ogółem: 120.17 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 327.76 g; W tym cukry: 91.51 g; Błonnik pok.: 23.05 g; Sód: 2927.85 mg;	Wartość energetyczna: 1785.08 kcal; Białko ogółem: 60.50 g; Tłuszcz: 47.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.26 g; Węglowodany ogółem: 293.86 g; W tym cukry: 73.20 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sód: 1948.00 mg;	Wartość energetyczna: 2290.57 kcal; Białko ogółem: 99.90 g; Tłuszcz: 76.05 g; Kw. tł. nasy.: 32.58 g; Węglowodany ogółem: 323.66 g; W tym cukry: 88.27 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sód: 2447.50 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
2026-07-18 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>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</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>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Płatki pszenne 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 szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</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 Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml 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>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 80 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 30 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) 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 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE,</u>) Pomidor 100 g
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)		
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 100 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) Salatka z buraczków i jabłka 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* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Ogórek świeży 70 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>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Kalaflor gotowany* 70 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>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Ogórek świeży 70 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 Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Kalaflor gotowany* 70 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>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Kalaflor gotowany* 70 g Sok przecierowy warzywno-owocowy 0,33 l 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>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Kalaflor gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Salata zielona 30 g Ogórek świeży 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
PN		Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)		Pieczyczo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>)	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>)	Wafle ryżowe 30 g	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)
		Wartość energetyczna: 2324.43 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 343.89 g; W tym cukry: 46.86 g; Błonnik pok.: 32.58 g; Sód: 2945.23 mg;	Wartość energetyczna: 2384.10 kcal; Białko ogółem: 94.87 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 350.62 g; W tym cukry: 48.32 g; Błonnik pok.: 29.24 g; Sód: 2765.44 mg;	Wartość energetyczna: 2209.58 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; W tym cukry: 39.56 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sód: 2557.49 mg;	Wartość energetyczna: 2213.57 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 56.98 g; Kw. tł. nasy.: 13.57 g; Węglowodany ogółem: 349.00 g; W tym cukry: 53.51 g; Błonnik pok.: 29.40 g; Sód: 2817.38 mg;	Wartość energetyczna: 2751.20 kcal; Białko ogółem: 116.42 g; Tłuszcz: 89.99 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 390.30 g; W tym cukry: 83.72 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sód: 4033.83 mg;	Wartość energetyczna: 1613.00 kcal; Białko ogółem: 47.66 g; Tłuszcz: 50.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.48 g; Węglowodany ogółem: 264.01 g; W tym cukry: 33.85 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sód: 2268.58 mg;	Wartość energetyczna: 2321.63 kcal; Białko ogółem: 93.13 g; Tłuszcz: 76.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 343.25 g; W tym cukry: 46.89 g; Błonnik pok.: 32.82 g; Sód: 2942.21 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
2026-07-19 niedziela	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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 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>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 g	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>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 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>)	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>) Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 g Herbata czarna ekspresowa 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>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 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		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski (bez oleju) * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Mizeria 200 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>) Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko pieczone 1szt. 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>) Twarożek z koperkiem 120 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
PN		Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt						
		Wartość energetyczna: 2269.98 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 318.88 g; W tym cukry: 71.05 g; Błonnik pok.: 23.81 g; Sód: 2988.72 mg;	Wartość energetyczna: 2312.03 kcal; Białko ogółem: 96.02 g; Tłuszcz: 74.70 g; Kw. tł. nasy.: 33.20 g; Węglowodany ogółem: 325.38 g; W tym cukry: 69.56 g; Błonnik pok.: 18.06 g; Sód: 2478.08 mg;	Wartość energetyczna: 2081.72 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 59.20 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 2654.03 mg;	Wartość energetyczna: 2080.51 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 55.15 g; Kw. tł. nasy.: 18.88 g; Węglowodany ogółem: 314.51 g; W tym cukry: 66.64 g; Błonnik pok.: 17.23 g; Sód: 2480.25 mg;	Wartość energetyczna: 2438.31 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 77.83 g; Kw. tł. nasy.: 34.99 g; Węglowodany ogółem: 329.74 g; W tym cukry: 71.38 g; Błonnik pok.: 20.72 g; Sód: 2691.83 mg;	Wartość energetyczna: 1819.94 kcal; Białko ogółem: 51.18 g; Tłuszcz: 49.81 g; Kw. tł. nasy.: 20.98 g; Węglowodany ogółem: 303.70 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 15.54 g; Sód: 2078.84 mg;	Wartość energetyczna: 2267.18 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 79.81 g; Kw. tł. nasy.: 40.75 g; Węglowodany ogółem: 318.24 g; W tym cukry: 71.08 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sód: 2972.72 mg;

2026-07-06 poniedziałek	Śniadanie	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 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>) 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>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ogórek świeży 100 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Fasolowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		Wartość energetyczna: 1928.24 kcal; Białko ogółem: 70.55 g; Tłuszcz: 57.33 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 301.25 g; W tym cukry: 43.05 g; Błonnik pok.: 27.00 g; Sód: 2734.92 mg;	Wartość energetyczna: 2181.50 kcal; Białko ogółem: 86.62 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 301.18 g; W tym cukry: 42.90 g; Błonnik pok.: 41.47 g; Sód: 3940.90 mg;

2026-07-07 wtorek	Śniadanie	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i warzyw 60 g (<u>MLE, SEL,</u>) Pomidor 100 g
	II ŚN		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
	Obiad	Brokułowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szczawiowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Zrazik wieprzowy gotowany mielony 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos własny 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z pora i jabłka () 200 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kolacja	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Kalarepa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
		Wartość energetyczna: 2306.06 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 71.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.88 g; Węglowodany ogółem: 330.67 g; W tym cukry: 51.57 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sód: 2316.39 mg;	Wartość energetyczna: 2027.39 kcal; Białko ogółem: 99.41 g; Tłuszcz: 64.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.11 g; Węglowodany ogółem: 290.91 g; W tym cukry: 44.04 g; Błonnik pok.: 38.01 g; Sód: 3068.99 mg;

2026-07-08 środa	II ŚN	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>)
		II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Obiad	Jarzynowa z makaronem # dieta 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 90 g (<u>GLUPSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)
		Kolacja	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>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml
	PN	Serek wiejski ziamisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2373.70 kcal; Białko ogółem: 112.22 g; Tłuszcz: 88.93 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 301.88 g; W tym cukry: 47.05 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sód: 3655.69 mg;	Wartość energetyczna: 2130.53 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 84.25 g; Kw. tł. nasy.: 34.67 g; Węglowodany ogółem: 264.68 g; W tym cukry: 39.82 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sód: 3502.30 mg;

2026-07-09 czwartek		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, 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 zielona 30 g Sałatka jarzynowa z olejem # 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>) Twarożek ze słonecznikiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 30 g Sałatka jarzynowa z olejem # 70 g (<u>SEL.</u>) 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	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Buraczki gotowane z olejem b/c 200 g	Barszcz biały z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 350 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Sałatka szwedzka z olejem b/c 200 g (<u>GOR.</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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2426.45 kcal; Białko ogółem: 97.75 g; Tłuszcz: 86.54 g; Kw. tł. nasy.: 33.63 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; W tym cukry: 70.07 g; Błonnik pok.: 29.99 g; Sód: 2737.84 mg;	Wartość energetyczna: 2198.25 kcal; Białko ogółem: 91.92 g; Tłuszcz: 86.16 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 296.21 g; W tym cukry: 48.32 g; Błonnik pok.: 37.98 g; Sód: 3532.19 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-10 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 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>) Twaróg półtłusty 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		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 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	Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
		Wartość energetyczna: 2434.90 kcal; Białko ogółem: 100.22 g; Tłuszcz: 68.65 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 343.26 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 25.04 g; Sód: 2464.38 mg;	Wartość energetyczna: 1945.52 kcal; Białko ogółem: 95.34 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 279.13 g; W tym cukry: 68.20 g; Błonnik pok.: 28.70 g; Sód: 2132.75 mg;

2026-07-11 sobota	II ŚN	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Śniadanie	
		Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 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 brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)	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 brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		II ŚN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt
		Obiad	Koperkowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus jogurt&zboża i owoce sadu 100g 1 szt (<u>MLE, GLU OW.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2466.31 kcal; Białko ogółem: 106.78 g; Tłuszcz: 93.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.47 g; Węglowodany ogółem: 317.11 g; W tym cukry: 63.61 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sód: 3271.41 mg;	Wartość energetyczna: 2250.24 kcal; Białko ogółem: 102.91 g; Tłuszcz: 86.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.02 g; Węglowodany ogółem: 295.77 g; W tym cukry: 53.81 g; Błonnik pok.: 35.89 g; Sód: 3763.62 mg;

2026-07-12 niedziela		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki 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, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany z/k z/s 130 g Sos pietruszkowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 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>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Pasta marchewkowo-pomidorowa 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2426.49 kcal; Białko ogółem: 111.12 g; Tłuszcz: 78.57 g; Kw. tł. nasy.: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 336.08 g; W tym cukry: 83.58 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sód: 2794.29 mg;	Wartość energetyczna: 2057.00 kcal; Białko ogółem: 109.94 g; Tłuszcz: 76.46 g; Kw. tł. nasy.: 32.41 g; Węglowodany ogółem: 259.81 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sód: 2569.98 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU OW.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU ŻYT</u> , <u>GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Sos szpinakowy* 120 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g	Wielowarzywna z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 90 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g 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</u> , <u>GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i brokuła 60 g (<u>MLE</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>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ</u> , <u>SOJ.</u> , <u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2227.51 kcal; Białko ogółem: 90.69 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 321.68 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sód: 2239.10 mg;	Wartość energetyczna: 2108.26 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 307.11 g; W tym cukry: 29.12 g; Błonnik pok.: 39.96 g; Sód: 2584.56 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLUPSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLUPSZ, 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>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) 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>)	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>) Ogórek świeży 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Salata zielona 20 g
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Solferino # 400 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<u>GLUPSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy* 120 ml (<u>GLUPSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 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, 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 Kalafior gotowany* 100 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 Kalafior gotowany* 100 g
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2407.77 kcal; Białko ogółem: 108.09 g; Tłuszcz: 70.84 g; Kw. tł. nasy.: 30.82 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sód: 2958.40 mg;	Wartość energetyczna: 2482.94 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 87.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 342.27 g; W tym cukry: 60.44 g; Błonnik pok.: 40.76 g; Sód: 2765.52 mg;

2026-07-15 środa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udzka kurczaka 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos brokułowy 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Salata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</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>) Szyńka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</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>) Szyńka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 40 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2181.31 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.36 g; Węglowodany ogółem: 318.03 g; W tym cukry: 70.80 g; Błonnik pok.: 19.09 g; Sód: 2447.67 mg;	Wartość energetyczna: 2002.11 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 68.92 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 286.53 g; W tym cukry: 42.52 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sód: 3577.57 mg;

2026-07-16 czwartek	II ŚN	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</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>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
			Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
		Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos mięsno-warzywny # (z mięsa wieprzowego) 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) 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>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</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>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Ciasto jogurtowe 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt
Kolacja	PN	Wartość energetyczna: 2467.50 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 87.30 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 340.67 g; W tym cukry: 48.55 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sód: 2747.74 mg;	Wartość energetyczna: 2251.19 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 86.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 309.43 g; W tym cukry: 61.19 g; Błonnik pok.: 40.42 g; Sód: 2699.94 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-17 piątek	Śniadanie	Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ. GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>)	Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE. GLU ŻYT. GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Arbuz 150 g
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Kalaflorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ. SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalaflorowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE. SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Ryba pieczona (Morszczuk) 90 g (<u>RYB.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) 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 Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 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>) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2287.62 kcal; Białko ogółem: 99.94 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 328.52 g; W tym cukry: 89.78 g; Błonnik pok.: 20.99 g; Sód: 2312.36 mg;	Wartość energetyczna: 2031.66 kcal; Białko ogółem: 94.83 g; Tłuszcz: 75.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 273.38 g; W tym cukry: 56.65 g; Błonnik pok.: 32.05 g; Sód: 2171.48 mg;

		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<u>GLU PSZ.</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>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	II ŚN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Kalafior gotowany* 70 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Ogórek świeży 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	PN	Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	Pieczywo chrupkie Fit Rolls gryczany z solą morską 60 g 1 szt (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, SEZ, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2382.10 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 76.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 350.63 g; W tym cukry: 48.20 g; Błonnik pok.: 29.39 g; Sód: 2791.04 mg;	Wartość energetyczna: 2209.58 kcal; Białko ogółem: 95.82 g; Tłuszcz: 70.97 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 327.28 g; W tym cukry: 39.56 g; Błonnik pok.: 33.43 g; Sód: 2557.49 mg;

2026-07-19 niedziela	Śniadanie	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
		Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 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 60 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</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>) Sałata zielona 30 g Pasta z cukinii i marchewki 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z tłuszczem gotowane 200 g Mizeria 200 g (<u>MLE.</u>) 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>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 15 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2310.03 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 325.39 g; W tym cukry: 69.44 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sód: 2503.68 mg;	Wartość energetyczna: 2081.72 kcal; Białko ogółem: 88.18 g; Tłuszcz: 74.90 g; Kw. tł. nasy.: 37.73 g; Węglowodany ogółem: 293.89 g; W tym cukry: 59.20 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sód: 2654.03 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,