

		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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona	
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</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>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 80 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziołami 30 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 30 g Pomidor 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona (mielona) 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	II ŚN			Kefir 2% tł z musem jabłkowym 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Kefir 2% tł z musem jabłkowym 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml			
	Obiad		Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (mielone) 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (mielona) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ślupki z marchewki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Ślupki z marchewki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2034.12 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 22.42 g; Węglowodany ogółem: 300.64 g; W tym cukry: 55.11 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sód: 3479.53 mg;	Wartość energetyczna: 2084.36 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 62.49 g; Kw. tł. nasy.: 22.43 g; Węglowodany ogółem: 305.43 g; W tym cukry: 56.57 g; Błonnik pok.: 28.31 g; Sód: 3355.82 mg;	Wartość energetyczna: 1867.88 kcal; Białko ogółem: 91.68 g; Tłuszcz: 59.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.05 g; Węglowodany ogółem: 270.94 g; W tym cukry: 51.38 g; Błonnik pok.: 34.79 g; Sód: 3056.43 mg;	Wartość energetyczna: 2016.01 kcal; Białko ogółem: 89.23 g; Tłuszcz: 42.38 g; Kw. tł. nasy.: 11.91 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; W tym cukry: 82.89 g; Błonnik pok.: 30.52 g; Sód: 3302.55 mg;	Wartość energetyczna: 2328.76 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 62.32 g; Kw. tł. nasy.: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 342.67 g; W tym cukry: 66.44 g; Błonnik pok.: 30.44 g; Sód: 4282.41 mg;	Wartość energetyczna: 1530.15 kcal; Białko ogółem: 49.78 g; Tłuszcz: 44.90 g; Kw. tł. nasy.: 14.62 g; Węglowodany ogółem: 249.91 g; W tym cukry: 37.12 g; Błonnik pok.: 25.59 g; Sód: 2293.17 mg;	Wartość energetyczna: 2318.12 kcal; Białko ogółem: 95.98 g; Tłuszcz: 68.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 350.96 g; W tym cukry: 93.28 g; Błonnik pok.: 31.55 g; Sód: 3423.08 mg;	

		BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 60 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 60 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (MLE.) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 80 g (MLE.) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 20 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy (mielony) 40 g (MLE.) Marchew gotowana z olejem (mielona) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
	II ŚN			Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron kokardki 200 g (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron kokardki 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron kokardki 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron kokardki 200 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 45 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron kokardki 100 g (GLU PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pulpet wieprzowy 90 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # (mielony) 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 80 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa (mielona) 40 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Wartość energetyczna: 2445.63 kcal; Białko ogółem: 104.01 g; Tłuszcz: 82.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.02 g; Węglowodany ogółem: 347.61 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sód: 390.168 mg;	Wartość energetyczna: 2493.96 kcal; Białko ogółem: 112.45 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 22.88 g; Węglowodany ogółem: 356.01 g; W tym cukry: 59.71 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sód: 3200.13 mg;	Wartość energetyczna: 2282.38 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; W tym cukry: 58.75 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sód: 3438.27 mg;	Wartość energetyczna: 2257.47 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 59.91 g; Kw. tł. nasy.: 15.43 g; Węglowodany ogółem: 343.07 g; W tym cukry: 50.77 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sód: 3112.81 mg;	Wartość energetyczna: 2749.65 kcal; Białko ogółem: 136.61 g; Tłuszcz: 76.07 g; Kw. tł. nasy.: 20.75 g; Węglowodany ogółem: 399.48 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sód: 4054.20 mg;	Wartość energetyczna: 1530.21 kcal; Białko ogółem: 48.38 g; Tłuszcz: 51.13 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 231.57 g; W tym cukry: 40.43 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sód: 2543.79 mg;	Wartość energetyczna: 2386.00 kcal; Białko ogółem: 107.25 g; Tłuszcz: 75.85 g; Kw. tł. nasy.: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 339.68 g; W tym cukry: 63.55 g; Błonnik pok.: 31.35 g; Sód: 3475.09 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-16 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 25 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta marchewkowo-pomidorowa 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II SN			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 100 g Kalafor gotowany z olejem* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Kalafor gotowany z olejem* (mielone) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt 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>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 20 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody (mielona) 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Brokuł gotowany* (mielony) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml			
		Wartość energetyczna: 2089.74 kcal; Białko ogółem: 88.59 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.14 g; Węglowodany ogółem: 310.06 g; W tym cukry: 49.48 g; Błonnik pok.: 32.30 g; Sód: 2781.83 mg;	Wartość energetyczna: 1973.07 kcal; Białko ogółem: 87.29 g; Tłuszcz: 55.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 298.64 g; W tym cukry: 49.99 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sód: 2593.80 mg;	Wartość energetyczna: 2026.29 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; W tym cukry: 54.50 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sód: 2575.41 mg;	Wartość energetyczna: 1717.28 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 38.88 g; Kw. tł. nasy.: 12.38 g; Węglowodany ogółem: 279.38 g; W tym cukry: 40.35 g; Błonnik pok.: 24.16 g; Sód: 2449.35 mg;	Wartość energetyczna: 2068.12 kcal; Białko ogółem: 106.57 g; Tłuszcz: 53.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.05 g; Węglowodany ogółem: 308.16 g; W tym cukry: 56.56 g; Błonnik pok.: 24.66 g; Sód: 3012.12 mg;	Wartość energetyczna: 1381.57 kcal; Białko ogółem: 44.51 g; Tłuszcz: 39.43 g; Kw. tł. nasy.: 13.12 g; Węglowodany ogółem: 229.48 g; W tym cukry: 23.58 g; Błonnik pok.: 21.99 g; Sód: 2025.23 mg;	Wartość energetyczna: 2052.22 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 60.94 g; Kw. tł. nasy.: 21.30 g; Węglowodany ogółem: 306.21 g; W tym cukry: 55.30 g; Błonnik pok.: 26.99 g; Sód: 2861.93 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 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>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 40 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego (mielony) 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Mus z jabłek () z/c 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>)
	II śN			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	Obiad	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 170 g Leczo z kukini z kielbasą 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 170 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 170 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 170 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 100 g Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zieminiaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (mielone) 80 g Ziemiaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* (mielony) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy (mielony) 40 g (<u>MLE</u>) Salatka jarzynowa - dieta (mielona) 100 g (<u>MLE, SEL</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml			Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Wartość energetyczna: 2569.35 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kw. tł. nasy.: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 338.47 g; W tym cukry: 65.44 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sód: 4414.95 mg;	Wartość energetyczna: 2301.04 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 62.61 g; Kw. tł. nasy.: 21.38 g; Węglowodany ogółem: 346.78 g; W tym cukry: 68.12 g; Błonnik pok.: 28.04 g; Sód: 2683.71 mg;	Wartość energetyczna: 2110.99 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; W tym cukry: 57.36 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sód: 3403.72 mg;	Wartość energetyczna: 2023.08 kcal; Białko ogółem: 92.00 g; Tłuszcz: 44.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.80 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; W tym cukry: 58.05 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sód: 2519.18 mg;	Wartość energetyczna: 2426.30 kcal; Białko ogółem: 122.75 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kw. tł. nasy.: 19.19 g; Węglowodany ogółem: 359.06 g; W tym cukry: 75.49 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 3385.03 mg;	Wartość energetyczna: 1241.82 kcal; Białko ogółem: 34.84 g; Tłuszcz: 40.08 g; Kw. tł. nasy.: 13.01 g; Węglowodany ogółem: 194.91 g; W tym cukry: 28.30 g; Błonnik pok.: 22.03 g; Sód: 1678.48 mg;	Wartość energetyczna: 2231.52 kcal; Białko ogółem: 98.61 g; Tłuszcz: 61.11 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; W tym cukry: 78.57 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sód: 2829.69 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-18 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Dżem 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Śliwka szt 2 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Dżem 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Śliwka szt 2 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 120 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Banan 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	Obiad	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem # 200 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (<u>SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</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	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 50 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # (mielony) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 400 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M (mielone) 1 szt (<u>JAJ,</u>) Cwikła z jabłkiem b/c (mielona) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy malina, jagoda, jabłko, banan 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus owocowy malina, jagoda, jabłko, banan 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus owocowy malina, jagoda, jabłko, banan 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2057.77 kcal; Białko ogółem: 90.34 g; Tłuszcz: 56.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.78 g; Węglowodany ogółem: 319.97 g; W tym cukry: 83.46 g; Błonnik pok.: 30.05 g; Sód: 2260.72 mg;	Wartość energetyczna: 2136.27 kcal; Białko ogółem: 89.54 g; Tłuszcz: 58.45 g; Kw. tł. nasy.: 21.86 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; W tym cukry: 86.95 g; Błonnik pok.: 27.45 g; Sód: 2171.34 mg;	Wartość energetyczna: 2023.11 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 60.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 304.69 g; W tym cukry: 59.07 g; Błonnik pok.: 34.29 g; Sód: 2521.10 mg;	Wartość energetyczna: 2098.62 kcal; Białko ogółem: 92.01 g; Tłuszcz: 40.60 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 358.16 g; W tym cukry: 111.00 g; Błonnik pok.: 27.81 g; Sód: 2490.86 mg;	Wartość energetyczna: 2459.50 kcal; Białko ogółem: 122.59 g; Tłuszcz: 58.96 g; Kw. tł. nasy.: 22.61 g; Węglowodany ogółem: 378.61 g; W tym cukry: 95.32 g; Błonnik pok.: 27.87 g; Sód: 3592.73 mg;	Wartość energetyczna: 1588.80 kcal; Białko ogółem: 43.47 g; Tłuszcz: 43.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.37 g; Węglowodany ogółem: 274.43 g; W tym cukry: 83.50 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 1974.55 mg;	Wartość energetyczna: 2282.16 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 22.07 g; Węglowodany ogółem: 364.31 g; W tym cukry: 115.66 g; Błonnik pok.: 28.80 g; Sód: 2249.74 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-19 sobota	Śniadanie	II ŚN	Obiad	Kolacja	PN		
	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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 20 g (<u>MLE.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa (mielona) 40 g (<u>SOJ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</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 wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</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 wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</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 wieprzowy- dieta 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</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>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (mielone) 80 g Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraczków i jabłka z olejem (mielona) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Brokuł gotowany* (mielony) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Kanapka z twarogiem i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Wartość energetyczna: 2686.64 kcal; Białko ogółem: 123.20 g; Tłuszcz: 97.64 g; Kw. tł. nasy.: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 357.70 g; W tym cukry: 53.34 g; Błonnik pok.: 37.67 g; Sód: 3296.59 mg;	Wartość energetyczna: 2634.36 kcal; Białko ogółem: 118.14 g; Tłuszcz: 94.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.99 g; Węglowodany ogółem: 348.06 g; W tym cukry: 55.25 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 3009.18 mg;	Wartość energetyczna: 2590.77 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 95.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 348.19 g; W tym cukry: 60.54 g; Błonnik pok.: 44.32 g; Sód: 2990.05 mg;	Wartość energetyczna: 2393.67 kcal; Białko ogółem: 112.49 g; Tłuszcz: 76.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.53 g; Węglowodany ogółem: 334.78 g; W tym cukry: 45.05 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sód: 2927.57 mg;	Wartość energetyczna: 2898.26 kcal; Białko ogółem: 138.31 g; Tłuszcz: 102.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 379.38 g; W tym cukry: 76.86 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sód: 3534.70 mg;	Wartość energetyczna: 1645.90 kcal; Białko ogółem: 53.25 g; Tłuszcz: 57.74 g; Kw. tł. nasy.: 16.55 g; Węglowodany ogółem: 248.78 g; W tym cukry: 44.14 g; Błonnik pok.: 29.47 g; Sód: 2062.50 mg;	Wartość energetyczna: 2228.80 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 317.61 g; W tym cukry: 55.66 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sód: 2988.22 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Papryka świeża 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Papryka świeża 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana (bez oleju) 70 g Sałata lodowa 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Marchew gotowana z olejem 70 g	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (mielona) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JĘCZ.</u>) Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JĘCZ.</u>)
	I i SN			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g 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 b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem 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 b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g 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 b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem # (mielony) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 120 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Miód 60 g Mus z jabłek () b/c 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków mięsa (mielona) 40 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, SO2.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2080.54 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 292.21 g; W tym cukry: 52.24 g; Błonnik pok.: 29.22 g; Sód: 2899.78 mg;	Wartość energetyczna: 2101.29 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 72.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 286.56 g; W tym cukry: 62.11 g; Błonnik pok.: 25.06 g; Sód: 2839.32 mg;	Wartość energetyczna: 2033.23 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 74.64 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 276.08 g; W tym cukry: 33.39 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sód: 2478.59 mg;	Wartość energetyczna: 1814.77 kcal; Białko ogółem: 82.64 g; Tłuszcz: 50.81 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 274.38 g; W tym cukry: 33.39 g; Błonnik pok.: 24.91 g; Sód: 2741.03 mg;	Wartość energetyczna: 2426.72 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 84.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 317.56 g; W tym cukry: 72.43 g; Błonnik pok.: 26.50 g; Sód: 3378.10 mg;	Wartość energetyczna: 1610.39 kcal; Białko ogółem: 45.50 g; Tłuszcz: 42.07 g; Kw. tł. nasy.: 13.18 g; Węglowodany ogółem: 280.68 g; W tym cukry: 31.27 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sód: 2243.94 mg;	Wartość energetyczna: 2019.65 kcal; Białko ogółem: 93.45 g; Tłuszcz: 60.85 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; W tym cukry: 45.32 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sód: 3082.62 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pasta z brokuła * 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z brokuła * 100 g 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 JECZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 25 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody (mielona) 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kanapka z jajkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, jajko 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kalaflor 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>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 450 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 250 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # (mielony) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 150 g (<u>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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 30 g (<u>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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Kalaflor gotowany z olejem* (mielony) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN		Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2211.91 kcal; Białko ogółem: 78.69 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.75 g; Węglowodany ogółem: 344.58 g; W tym cukry: 64.51 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sód: 3187.22 mg;	Wartość energetyczna: 2254.81 kcal; Białko ogółem: 78.38 g; Tłuszcz: 68.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.66 g; Węglowodany ogółem: 348.96 g; W tym cukry: 65.76 g; Błonnik pok.: 27.21 g; Sód: 2957.85 mg;	Wartość energetyczna: 2071.91 kcal; Białko ogółem: 79.63 g; Tłuszcz: 70.00 g; Kw. tł. nasy.: 19.63 g; Węglowodany ogółem: 311.62 g; W tym cukry: 60.71 g; Błonnik pok.: 43.67 g; Sód: 2951.53 mg;	Wartość energetyczna: 2042.31 kcal; Białko ogółem: 71.94 g; Tłuszcz: 55.83 g; Kw. tł. nasy.: 12.48 g; Węglowodany ogółem: 330.74 g; W tym cukry: 56.93 g; Błonnik pok.: 26.82 g; Sód: 2788.12 mg;	Wartość energetyczna: 2642.31 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 78.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 393.13 g; W tym cukry: 69.74 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sód: 3570.73 mg;	Wartość energetyczna: 1778.56 kcal; Białko ogółem: 51.80 g; Tłuszcz: 54.37 g; Kw. tł. nasy.: 13.82 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; W tym cukry: 43.77 g; Błonnik pok.: 25.53 g; Sód: 2645.24 mg;	Wartość energetyczna: 2240.59 kcal; Białko ogółem: 92.70 g; Tłuszcz: 71.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 324.56 g; W tym cukry: 65.17 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sód: 3102.72 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Platki 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Platki 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 120 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 30 g (SOJ.) Sałata zielona 30 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (SOJ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.)
II ŚN			Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
Obiad	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana (bez oleju) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 50 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Marchew oprószana z olejem 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (mielone) 2 [Por] x 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Marchew oprószana z olejem (mielona) 200 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z buraka 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 80 g Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pasta z buraka 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.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M (mielone) 1 szt (JAJ.) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Wartość energetyczna: 2181.38 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 72.23 g; Kw. tł. nasy.: 24.77 g; Węglowodany ogółem: 317.73 g; W tym cukry: 54.01 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sód: 3745.35 mg;	Wartość energetyczna: 2264.50 kcal; Białko ogółem: 89.74 g; Tłuszcz: 72.39 g; Kw. tł. nasy.: 24.72 g; Węglowodany ogółem: 332.01 g; W tym cukry: 62.07 g; Błonnik pok.: 27.56 g; Sód: 2918.70 mg;	Wartość energetyczna: 2017.81 kcal; Białko ogółem: 88.14 g; Tłuszcz: 69.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 293.01 g; W tym cukry: 49.10 g; Błonnik pok.: 34.72 g; Sód: 3437.70 mg;	Wartość energetyczna: 2004.13 kcal; Białko ogółem: 83.62 g; Tłuszcz: 50.84 g; Kw. tł. nasy.: 16.03 g; Węglowodany ogółem: 322.55 g; W tym cukry: 52.47 g; Błonnik pok.: 27.14 g; Sód: 3158.88 mg;	Wartość energetyczna: 2319.30 kcal; Białko ogółem: 105.78 g; Tłuszcz: 71.51 g; Kw. tł. nasy.: 20.85 g; Węglowodany ogółem: 331.86 g; W tym cukry: 70.42 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sód: 3691.63 mg;	Wartość energetyczna: 1563.37 kcal; Białko ogółem: 47.28 g; Tłuszcz: 49.83 g; Kw. tł. nasy.: 14.98 g; Węglowodany ogółem: 249.53 g; W tym cukry: 54.95 g; Błonnik pok.: 24.02 g; Sód: 2383.26 mg;	Wartość energetyczna: 2403.10 kcal; Białko ogółem: 109.65 g; Tłuszcz: 79.27 g; Kw. tł. nasy.: 26.45 g; Węglowodany ogółem: 331.20 g; W tym cukry: 61.90 g; Błonnik pok.: 26.96 g; Sód: 3067.61 mg;

	BB- W/R D01 Podstawowa	BB- W/R D02 Łatwo strawna	BB- W/R D03 z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	BB- W/R D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- W/R D07 Bogatobiałkowa	BB- W/R D08 Niskobiałkowa	BB- W/R D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt 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 JECZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo. naturalny 120 g (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana z olejem (mielona) 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
II ŚN			Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszanej # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Sałata 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 70 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 120 g (<u>RYB.</u>) Sałata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 40 g (<u>RYB.</u>) Sałata 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (<u>RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* (mielony) 100 g
PN	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Stupki z marchewki 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	Wartość energetyczna: 2331.56 kcal; Białko ogółem: 89.22 g; Tłuszcz: 64.08 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 373.29 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 36.29 g; Sód: 2918.08 mg;	Wartość energetyczna: 2269.56 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 59.50 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 358.04 g; W tym cukry: 73.70 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 2338.05 mg;	Wartość energetyczna: 2067.31 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy.: 20.56 g; Węglowodany ogółem: 335.04 g; W tym cukry: 65.35 g; Błonnik pok.: 38.39 g; Sód: 2316.57 mg;	Wartość energetyczna: 2142.96 kcal; Białko ogółem: 88.78 g; Tłuszcz: 45.50 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 357.90 g; W tym cukry: 73.70 g; Błonnik pok.: 26.91 g; Sód: 2330.05 mg;	Wartość energetyczna: 2419.79 kcal; Białko ogółem: 107.23 g; Tłuszcz: 56.72 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 383.68 g; W tym cukry: 91.01 g; Błonnik pok.: 28.48 g; Sód: 2387.15 mg;	Wartość energetyczna: 1529.07 kcal; Białko ogółem: 43.88 g; Tłuszcz: 36.52 g; Kw. tł. nasy.: 10.03 g; Węglowodany ogółem: 267.93 g; W tym cukry: 68.41 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sód: 1933.26 mg;	Wartość energetyczna: 2169.71 kcal; Białko ogółem: 88.51 g; Tłuszcz: 59.14 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 334.10 g; W tym cukry: 66.32 g; Błonnik pok.: 26.40 g; Sód: 2497.16 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona	
2026-09-24, czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 80 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 20 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego (mielona) 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 JECZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	
	II ŚN			Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml			
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa # 300 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 150 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka (mielone) 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* (mielony) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy (mielony) 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			
	Wartość energetyczna: 2440.19 kcal; Białko ogółem: 90.09 g; Tłuszcz: 93.62 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 337.72 g; W tym cukry: 58.38 g; Błonnik pok.: 34.46 g; Sód: 3545.39 mg;	Wartość energetyczna: 2187.85 kcal; Białko ogółem: 95.15 g; Tłuszcz: 67.62 g; Kw. tł. nasy.: 22.64 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; W tym cukry: 51.54 g; Błonnik pok.: 24.20 g; Sód: 3438.65 mg;	Wartość energetyczna: 2432.49 kcal; Białko ogółem: 103.34 g; Tłuszcz: 96.39 g; Kw. tł. nasy.: 25.17 g; Węglowodany ogółem: 325.12 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 45.49 g; Sód: 2545.67 mg;	Wartość energetyczna: 1945.94 kcal; Białko ogółem: 87.90 g; Tłuszcz: 49.96 g; Kw. tł. nasy.: 15.21 g; Węglowodany ogółem: 297.98 g; W tym cukry: 41.67 g; Błonnik pok.: 22.91 g; Sód: 3341.85 mg;	Wartość energetyczna: 2262.17 kcal; Białko ogółem: 116.04 g; Tłuszcz: 66.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.54 g; Węglowodany ogółem: 313.06 g; W tym cukry: 59.58 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sód: 3971.06 mg;	Wartość energetyczna: 1574.29 kcal; Białko ogółem: 53.08 g; Tłuszcz: 48.82 g; Kw. tł. nasy.: 15.01 g; Węglowodany ogółem: 243.82 g; W tym cukry: 25.11 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sód: 3033.39 mg;	Wartość energetyczna: 2073.39 kcal; Białko ogółem: 93.21 g; Tłuszcz: 64.15 g; Kw. tł. nasy.: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; W tym cukry: 48.98 g; Błonnik pok.: 20.10 g; Sód: 3828.03 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-25 piątek	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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Platki 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 120 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)
	I i SN			Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Brama) 50 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JECZ,</u>) Ryba pieczona (Brama) (mielona) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Warzywa po grecku # (mielone) 200 g (<u>GLU PSZ, 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ogórek kiszony 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 120 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Salata zielona 10 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M (mielone) 1 szt (<u>JAJ,</u>) Brokuł gotowany* (mielony) 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Budyń o smaku śmietankowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2109.92 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 64.30 g; Kw. tł. nasy.: 22.28 g; Węglowodany ogółem: 313.36 g; W tym cukry: 85.39 g; Błonnik pok.: 27.69 g; Sód: 3509.12 mg;	Wartość energetyczna: 2192.14 kcal; Białko ogółem: 90.87 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 282.58 g; W tym cukry: 97.03 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sód: 2374.69 mg;	Wartość energetyczna: 1994.56 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 338.83 g; W tym cukry: 99.05 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sód: 2319.16 mg;	Wartość energetyczna: 2120.54 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 48.49 g; Kw. tł. nasy.: 17.03 g; Węglowodany ogółem: 354.54 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sód: 2310.49 mg;	Wartość energetyczna: 2361.14 kcal; Białko ogółem: 120.57 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 354.54 g; W tym cukry: 111.95 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 2388.86 mg;	Wartość energetyczna: 1552.66 kcal; Białko ogółem: 46.46 g; Tłuszcz: 43.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.23 g; Węglowodany ogółem: 257.38 g; W tym cukry: 70.55 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sód: 2035.35 mg;	Wartość energetyczna: 2194.36 kcal; Białko ogółem: 91.01 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 336.99 g; W tym cukry: 97.27 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sód: 2376.82 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona
2026-09-26 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 80 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 20 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa (mielona) 40 g (<u>SOJ.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (mielony) 100 g Kawa zbożowa z makiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)
	II ŚN			Kefir 2% tł z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		Kefir 2% tł z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociołek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane (bez oleju) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 150 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* (mielona) 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane z olejem (mielone) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 40 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kanapka z twarogiem i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Wartość energetyczna: 2352.94 kcal; Białko ogółem: 88.54 g; Tłuszcz: 80.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 344.31 g; W tym cukry: 55.81 g; Błonnik pok.: 39.51 g; Sód: 3088.60 mg;	Wartość energetyczna: 2461.94 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 78.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.88 g; Węglowodany ogółem: 358.84 g; W tym cukry: 60.51 g; Błonnik pok.: 26.86 g; Sód: 2705.27 mg;	Wartość energetyczna: 2167.24 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 44.30 g; Sód: 2926.20 mg;	Wartość energetyczna: 2225.44 kcal; Białko ogółem: 94.05 g; Tłuszcz: 60.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.43 g; Węglowodany ogółem: 345.90 g; W tym cukry: 51.56 g; Błonnik pok.: 26.81 g; Sód: 2617.95 mg;	Wartość energetyczna: 2730.86 kcal; Białko ogółem: 120.25 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 372.86 g; W tym cukry: 68.87 g; Błonnik pok.: 28.09 g; Sód: 3236.02 mg;	Wartość energetyczna: 1603.18 kcal; Białko ogółem: 46.00 g; Tłuszcz: 51.37 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 257.93 g; W tym cukry: 48.21 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sód: 2095.67 mg;	Wartość energetyczna: 2378.33 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 77.10 g; Kw. tł. nasy.: 24.89 g; Węglowodany ogółem: 338.10 g; W tym cukry: 60.48 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sód: 2952.54 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 D10 Łatwostrawna/rozdrobniona	
2026-09-27 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 70 g Sałata zielona 30 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 80 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 20 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Filet zapiekany drobiowy (mielony) 40 g (<u>MLE</u>) Cukinia pieczona z olejem * (mielona) 100 g Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>)
	II ŚN		Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem jabłkowym 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem jabłkowym 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml			
	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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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, MLE, SEL.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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, MLE, SEL.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny (). 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # (mielony) 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 120 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 30 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Słupki z marchewki 40 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	Wartość energetyczna: 2192.45 kcal; Białko ogółem: 96.59 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 312.45 g; W tym cukry: 63.87 g; Błonnik pok.: 30.41 g; Sód: 2887.15 mg;	Wartość energetyczna: 2187.78 kcal; Białko ogółem: 95.38 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kw. tł. nasy.: 22.77 g; Węglowodany ogółem: 323.90 g; W tym cukry: 68.81 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 2536.69 mg;	Wartość energetyczna: 2070.94 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 293.33 g; W tym cukry: 63.70 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sód: 2619.67 mg;	Wartość energetyczna: 1901.53 kcal; Białko ogółem: 87.97 g; Tłuszcz: 44.56 g; Kw. tł. nasy.: 15.02 g; Węglowodany ogółem: 304.94 g; W tym cukry: 59.28 g; Błonnik pok.: 26.02 g; Sód: 2437.78 mg;	Wartość energetyczna: 2382.79 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 69.82 g; Kw. tł. nasy.: 24.81 g; Węglowodany ogółem: 338.36 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sód: 2786.35 mg;	Wartość energetyczna: 1527.65 kcal; Białko ogółem: 48.61 g; Tłuszcz: 45.96 g; Kw. tł. nasy.: 14.52 g; Węglowodany ogółem: 248.60 g; W tym cukry: 50.37 g; Błonnik pok.: 25.96 g; Sód: 2134.97 mg;	Wartość energetyczna: 2187.05 kcal; Białko ogółem: 91.72 g; Tłuszcz: 63.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 74.44 g; Błonnik pok.: 26.51 g; Sód: 2494.71 mg;	

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
2026-09-14 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pomidor 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g Pomidor 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 40 g (<u>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 30 g pomidor 70 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Kefir 2% tł z musem jabłkowym 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem # 300 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos koperkowy * 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z twarogu i lososia 80 g (<u>RYB, MLE.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwki z marchewki 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Śliwka 60 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Wartość energetyczna: 2069.41 kcal; Białko ogółem: 98.62 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.53 g; Węglowodany ogółem: 292.26 g; W tym cukry: 64.91 g; Błonnik pok.: 31.87 g; Sód: 3202.06 mg;	Wartość energetyczna: 2079.34 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 63.19 g; Kw. tł. nasy.: 23.10 g; Węglowodany ogółem: 297.00 g; W tym cukry: 66.13 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sód: 3125.55 mg;	Wartość energetyczna: 1910.77 kcal; Białko ogółem: 93.38 g; Tłuszcz: 65.38 g; Kw. tł. nasy.: 22.66 g; Węglowodany ogółem: 267.69 g; W tym cukry: 53.76 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sód: 2930.02 mg;

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 60 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Hummus z ciecierzycy 60 g Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyńka gotowana extra- wp z kawałków mięsa wp. wędzona, parzona z dod. wody, b.ml z pol. kawałków miesa 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
		Wartość energetyczna: 2591.73 kcal; Białko ogółem: 109.13 g; Tłuszcz: 86.00 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 372.17 g; W tym cukry: 69.02 g; Błonnik pok.: 35.88 g; Sód: 3968.95 mg;	Wartość energetyczna: 2640.06 kcal; Białko ogółem: 117.57 g; Tłuszcz: 80.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.68 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 76.38 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sód: 3267.40 mg;	Wartość energetyczna: 2282.38 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 80.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 318.68 g; W tym cukry: 58.75 g; Błonnik pok.: 37.39 g; Sód: 3438.27 mg;

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-09-16 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Grysikowa # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 90 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalafor gotowany 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
		Wartość energetyczna: 2166.06 kcal; Białko ogółem: 93.09 g; Tłuszcz: 69.30 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 319.66 g; W tym cukry: 56.99 g; Błonnik pok.: 33.11 g; Sód: 2842.71 mg;	Wartość energetyczna: 2049.39 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 57.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.09 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; W tym cukry: 57.51 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sód: 2654.67 mg;	Wartość energetyczna: 2026.29 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; W tym cukry: 54.50 g; Błonnik pok.: 34.41 g; Sód: 2575.41 mg;

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-09-17 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ogórek kiszony 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II SN	Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>)	Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Obiad	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 170 g Leczo z cukini z kielbasą 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko 170 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 170 g Leczo z drobiem-dieta () 300 g Bukiet warzyw gotowanych królewski 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa - dieta 100 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Salatka jarzynowa # 100 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mleko UHT 200 ml 1,5% 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
Wartość energetyczna: 2656.65 kcal; Białko ogółem: 95.52 g; Tłuszcz: 105.40 g; Kw. tł. nasy.: 31.78 g; Węglowodany ogółem: 350.38 g; W tym cukry: 72.64 g; Błonnik pok.: 34.09 g; Sód: 4491.37 mg;		Wartość energetyczna: 2388.34 kcal; Białko ogółem: 104.86 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.82 g; Węglowodany ogółem: 358.69 g; W tym cukry: 75.32 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 2760.13 mg;	Wartość energetyczna: 2110.99 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 300.86 g; W tym cukry: 57.36 g; Błonnik pok.: 40.92 g; Sód: 3403.72 mg;	

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-09-18 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń o smaku śmietankowym z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Obiad	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</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	Dyniowa z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Salatka 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 50 g Śliwka szt 2 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pomidor 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowy malina, jagoda, jabłko, banan 100g 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
Wartość energetyczna: 2198.77 kcal; Białko ogółem: 95.55 g; Tłuszcz: 59.29 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 343.18 g; W tym cukry: 98.96 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sód: 2327.69 mg;		Wartość energetyczna: 2277.27 kcal; Białko ogółem: 94.75 g; Tłuszcz: 61.59 g; Kw. tł. nasy.: 23.66 g; Węglowodany ogółem: 352.57 g; W tym cukry: 102.45 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2238.31 mg;	Wartość energetyczna: 2023.11 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 60.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 304.69 g; W tym cukry: 59.07 g; Błonnik pok.: 34.29 g; Sód: 2521.10 mg;	

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprysw. węglowodanów	
2026-09-19 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Kefir 2% tł 150 ml (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) 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 wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</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	Grochowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Gulasz wieprzowy- dieta 250 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ,</u>) 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Brokuł 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kanapka z twarogiem i salata (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
Wartość energetyczna: 2836.64 kcal; Białko ogółem: 128.75 g; Tłuszcz: 101.24 g; Kw. tł. nasy.: 32.11 g; Węglowodany ogółem: 382.90 g; W tym cukry: 74.04 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sód: 3359.77 mg;		Wartość energetyczna: 2784.36 kcal; Białko ogółem: 123.69 g; Tłuszcz: 97.99 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 374.26 g; W tym cukry: 75.95 g; Błonnik pok.: 33.38 g; Sód: 3072.36 mg;		Wartość energetyczna: 2590.77 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 95.45 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 348.19 g; W tym cukry: 60.54 g; Błonnik pok.: 44.32 g; Sód: 2990.05 mg;

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-09-20 niedziela	Śniadanie	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Marchew gotowana z olejem 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 30 g Papryka świeża 70 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Coleslaw 200 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 90 g 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 b/k b/s 90 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Budyń o smaku waniliowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
Wartość energetyczna: 2163.16 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 73.89 g; Kw. tł. nasy.: 30.92 g; Węglowodany ogółem: 303.85 g; W tym cukry: 60.16 g; Błonnik pok.: 30.93 g; Sód: 2961.11 mg;		Wartość energetyczna: 2183.91 kcal; Białko ogółem: 98.60 g; Tłuszcz: 74.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.74 g; Węglowodany ogółem: 298.20 g; W tym cukry: 50.08 g; Błonnik pok.: 26.77 g; Sód: 2900.65 mg;		

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-09-21 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 40 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>) Pasta z brokuła * 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto wegetariańskie z tofu* dieta 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 120 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Risotto pełnoziarniste wegetariańskie z tofu* 350 g (<u>SOJ, SEL,</u>) Sos pomidorowy 200 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Herbata czarna ekspresowa z cytryną Cateringowa b/c 300 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
Wartość energetyczna: 2242.61 kcal; Białko ogółem: 82.72 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 21.11 g; Węglowodany ogółem: 342.38 g; W tym cukry: 71.29 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sód: 3135.23 mg;		Wartość energetyczna: 2281.51 kcal; Białko ogółem: 81.85 g; Tłuszcz: 70.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.03 g; Węglowodany ogółem: 346.78 g; W tym cukry: 72.30 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sód: 2957.06 mg;	Wartość energetyczna: 2184.74 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 73.16 g; Kw. tł. nasy.: 21.45 g; Węglowodany ogółem: 325.56 g; W tym cukry: 68.10 g; Błonnik pok.: 43.98 g; Sód: 3079.63 mg;	

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-09-22 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Gruszka 1szt. 150 g Salata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z zacierką # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos pietruszkowy* 120 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 200 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kanapka z twarogiem i sałatą (bulka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2206.50 kcal; Białko ogółem: 92.54 g; Tłuszcz: 74.33 g; Kw. tł. nasy.: 26.02 g; Węglowodany ogółem: 315.42 g; W tym cukry: 61.52 g; Błonnik pok.: 30.30 g; Sód: 3678.23 mg;	Wartość energetyczna: 2285.62 kcal; Białko ogółem: 92.46 g; Tłuszcz: 74.45 g; Kw. tł. nasy.: 25.97 g; Węglowodany ogółem: 329.89 g; W tym cukry: 69.34 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sód: 2902.77 mg;	Wartość energetyczna: 1972.21 kcal; Białko ogółem: 86.38 g; Tłuszcz: 69.14 g; Kw. tł. nasy.: 22.92 g; Węglowodany ogółem: 282.37 g; W tym cukry: 49.04 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sód: 3341.70 mg;

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów	
2026-09-23 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	
	II ŚN	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 150 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej # 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 120 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno-warzywny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno-warzywny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет rybno-warzywny (Łosoś) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Salata zielona 30 g Brokuł gotowany* 70 g
PN	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Stupki z marchewki 40 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
Wartość energetyczna: 2665.31 kcal; Białko ogółem: 110.61 g; Tłuszcz: 83.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.65 g; Węglowodany ogółem: 391.18 g; W tym cukry: 102.59 g; Błonnik pok.: 36.57 g; Sód: 2944.59 mg;		Wartość energetyczna: 2461.45 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 72.15 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 365.64 g; W tym cukry: 87.84 g; Błonnik pok.: 26.89 g; Sód: 2496.61 mg;	Wartość energetyczna: 2173.40 kcal; Białko ogółem: 95.08 g; Tłuszcz: 66.33 g; Kw. tł. nasy.: 21.96 g; Węglowodany ogółem: 331.70 g; W tym cukry: 64.23 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sód: 2484.96 mg;	

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
2026-09-24 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 40 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>)
	II śN	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>)		Jogurt naturalny z owocami* b/c 150 g (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 200 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Makaron 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Sos boloński z mięsa wp z serem żółtym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 170 g (<u>GLU PSZ,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Pasta z buraka 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt
		Wartość energetyczna: 2476.29 kcal; Białko ogółem: 94.30 g; Tłuszcz: 95.82 g; Kw. tł. nasy.: 28.21 g; Węglowodany ogółem: 337.71 g; W tym cukry: 65.58 g; Błonnik pok.: 36.14 g; Sód: 3493.81 mg;	Wartość energetyczna: 2219.95 kcal; Białko ogółem: 98.80 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.03 g; Węglowodany ogółem: 311.79 g; W tym cukry: 58.50 g; Błonnik pok.: 26.18 g; Sód: 3438.26 mg;	Wartość energetyczna: 2560.49 kcal; Białko ogółem: 106.39 g; Tłuszcz: 97.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.32 g; Węglowodany ogółem: 354.92 g; W tym cukry: 63.71 g; Błonnik pok.: 47.14 g; Sód: 2865.56 mg;

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów
2026-09-25 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	II ŚN	Koktajl wieloowocowy* b/c 150 ml (<u>MLE</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny # 300 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ</u>) Ryba pieczona (Brama) 90 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Brokuł gotowany* 100 g	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Ogórek kiszony 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
		Wartość energetyczna: 2141.34 kcal; Białko ogółem: 89.88 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kw. tł. nasy.: 23.54 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; W tym cukry: 93.31 g; Błonnik pok.: 28.74 g; Sód: 3442.45 mg;	Wartość energetyczna: 2219.56 kcal; Białko ogółem: 93.68 g; Tłuszcz: 60.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.18 g; Węglowodany ogółem: 336.53 g; W tym cukry: 104.71 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sód: 2359.21 mg;	Wartość energetyczna: 1994.56 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 68.63 g; Kw. tł. nasy.: 22.46 g; Węglowodany ogółem: 282.58 g; W tym cukry: 63.14 g; Błonnik pok.: 31.76 g; Sód: 3199.16 mg;

		BB- W/R C01 Podstawowa	BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwo przysw. węglowodanów
2026-09-26 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Pieczeń myśliwska- wędlina wieprzowa 40 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN	Kefir 2% tł z musem truskawkowym b/c 150 ml (<u>MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 250 ml		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Potrawka drobiowa z warzywami* 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami. # 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 250 g (<u>SEL.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 70 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bulka pszenna długa krojona 70 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Salata zielona 30 g Pasta warzywna # 70 g (<u>SEL.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kanapka z twarogiem i salata (bulka pszenna 45g, margaryna 5g, twarogek 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarogek 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		Wartość energetyczna: 2384.16 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 83.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; W tym cukry: 63.26 g; Błonnik pok.: 39.26 g; Sód: 3021.00 mg;	Wartość energetyczna: 2489.16 kcal; Białko ogółem: 103.71 g; Tłuszcz: 80.95 g; Kw. tł. nasy.: 26.61 g; Węglowodany ogółem: 355.70 g; W tym cukry: 67.72 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sód: 2688.88 mg;	Wartość energetyczna: 2167.24 kcal; Białko ogółem: 87.50 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 316.06 g; W tym cukry: 45.87 g; Błonnik pok.: 44.30 g; Sód: 2926.20 mg;

BB- W/R C01 Podstawowa		BB- W/R C02 Łatwostrawna	BB- W/R C03 z ogr. łatwoprzysw. węglowodanów	
2026-09-27 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 40 g (<u>MLE,</u>) Rzodkiew biała 70 g Sałata zielona 30 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem jabłkowym 150 ml (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml		
	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, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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, MLE, SEL,</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt 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>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb Graham 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Ser żółty 40 g (<u>MLE,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Słupki z marchewki 40 g		
	Wartość energetyczna: 2287.35 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 75.86 g; Kw. tł. nasy.: 32.47 g; Węglowodany ogółem: 325.09 g; W tym cukry: 80.54 g; Błonnik pok.: 30.38 g; Sód: 2826.41 mg;	Wartość energetyczna: 2278.68 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 336.56 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 26.53 g; Sód: 2527.15 mg;	Wartość energetyczna: 2070.94 kcal; Białko ogółem: 95.05 g; Tłuszcz: 71.31 g; Kw. tł. nasy.: 29.51 g; Węglowodany ogółem: 293.33 g; W tym cukry: 63.70 g; Błonnik pok.: 33.82 g; Sód: 2619.67 mg;	

Oznaczenia wskaźników odż.:

*Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
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,*