

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzykowa / Zgr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-02-02, poniedziałek	niadanie	Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g ( <i>SO</i> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Ogorek wie y 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Jabko 1 szt 1 szt Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <i>GLU, PSZ</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g ( <i>SO</i> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Jabko pieczone 1szt 1 szt Pomidor b/skorki 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g ( <i>SO</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Ogorek wie y 40g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Kefir 1,5% tl 150g, 1 Por ( <i>ME</i> ) Jabko 1 szt 1 szt Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <i>GLU, PSZ</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g ( <i>SO</i> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Jabko 1 szt 1 szt Pomidor b/skorki 40g	Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Marchewgotowana + puree 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Ogorek wie y 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jabko 1 szt 1 szt Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <i>GLU, PSZ</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Pasta z w dlin drobiow i natk pietruszki + 70g ( <i>ITD ezameta : ME, GOR</i> ) Marchewgotowana + puree 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Salata zielona 5g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g ( <i>SO</i> ) Ogorek wie y 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ry na mleku 300ml ( <i>ME</i> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <i>JAJ</i> ) Jabko 1 szt 1 szt Salata zielona 5g
		II		Chipsy z selera 50g ( <i>SEL</i> )	Marchewtalarki gotowane + 50g		Jabko pieczone 1szt puree 1 szt	Biskopky b/rl 30g ( <i>GLUPSZ, JAJ</i> )
		Obiad	Zupa jarzynowa z ziemiakami + 400g ( <i>SO, ME, SEL</i> ) Makaron 200g ( <i>GLUPSZ</i> ) Pra one jablka + 100g Misa serowa do makaronu + 100g ( <i>ME</i> ) Banan 1szt 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemiakami + 400g ( <i>SO, ME, SEL</i> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Filetz kurczaka wolno gotowany plasty + 100g Sos pomidorowy + 100g Surovka z marchwi b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemiakami + 400g ( <i>SO, ME, SEL</i> ) Makaron 200g ( <i>GLUPSZ</i> ) Pra one jablka + 100g Misa serowa do makaronu + 100g ( <i>ME</i> ) Banan 1szt 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemiakami + mix 400g ( <i>GLUPSZ, SO, ME, SEL</i> ) Puree ziemniaczane + 200g ( <i>ME</i> ) Filetz kurczaka wolno gotowany plasty + rozdrobniony 100g Sos pomidorowy + 100g Dymla na parze + puree 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa jarzynowa z ziemiakami + 400g ( <i>SO, ME, SEL</i> ) Makaron 200g ( <i>GLUPSZ</i> ) Pra one jablka + 100g Misa serowa do makaronu + 100g ( <i>ME</i> ) Banan 1szt 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt	
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt ( <i>ME</i> )		Jogurt brzoskwiniovny 150g 1 szt ( <i>ME</i> )		
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w oslonce niejadalnej 30g ( <i>ITD e zameta : ME, GOR</i> ) Salata zielona 5g Buraki gotowane slupki + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <i>GLU, PSZ</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Pomidor b/skorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w oslonce niejadalnej 30g ( <i>ITD e zameta : ME, GOR</i> ) Salata zielona 5g Buraki gotowane slupki + 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w oslonce niejadalnej 30g ( <i>ITD e zameta : ME, GOR</i> ) Salata zielona 5g Buraki gotowane slupki + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <i>GLU, PSZ</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 100g ( <i>ME</i> ) Pomidor b/skorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w oslonce niejadalnej 30g ( <i>ITD e zameta : ME, GOR</i> ) Salata zielona 5g Buraki gotowane slupki + 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Paszlet sojowy z pomidorami 60g ( <i>SO, GOR</i> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Buraki gotowane slupki + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <i>GLU, PSZ</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Pasta z bialek z natk pietruszki + 50g ( <i>JAJ, ME</i> ) Seler gotowany + puree 40g ( <i>SEL</i> ) Buraki gotowane slupki + puree 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <i>GLU, PSZ, GLU, YT</i> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <i>GLUPSZ, GLU, YT</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Maso extra 82% 10g ( <i>ME</i> ) Serek ziemisty naturalny 80g ( <i>ME</i> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w oslonce niejadalnej 30g ( <i>ITD e zameta : ME, GOR</i> ) Salata zielona 5g Buraki gotowane slupki + 40g	
	Warto energetyczna: 2348,48 kcal; Bialko ogolem 93,05g; Tluszc: 55,26g; Kw tl. nasy.: 25,66g; W glowodany ogolem 383,80g; W tym cukry 116,11g; Blonnik pok.: 29,06g; Sol: 10,50g	Warto energetyczna: 2416,28 kcal; Bialko ogolem 100,17g; Tluszc: 55,56g; Kw tl. nasy.: 25,59g; W glowodany ogolem 390,48g; W tym cukry 118,53g; Blonnik pok.: 22,30g; Sol: 9,07g	Warto energetyczna: 1908,59 kcal; Bialko ogolem 101,10g; Tluszc: 55,27g; Kw tl. nasy.: 15,84g; W glowodany ogolem 270,97g; W tym cukry 46,95g; Blonnik pok.: 44,95g; Sol: 12,39g	Warto energetyczna: 2543,83 kcal; Bialko ogolem 108,92g; Tluszc: 60,42g; Kw tl. nasy.: 28,86g; W glowodany ogolem 408,62g; W tym cukry 121,28g; Blonnik pok.: 24,28g; Sol: 9,49g	Warto energetyczna: 2590,43 kcal; Bialko ogolem 92,13g; Tluszc: 77,08g; Kw tl. nasy.: 26,86g; W glowodany ogolem 397,27g; W tym cukry 117,78g; Blonnik pok.: 33,88g; Sol: 9,81g	Warto energetyczna: 2408,07 kcal; Bialko ogolem 107,94g; Tluszc: 73,05g; Kw tl. nasy.: 30,54g; W glowodany ogolem 337,91g; W tym cukry 93,34g; Blonnik pok.: 27,66g; Sol: 12,90g	Warto energetyczna: 2588,48 kcal; Bialko ogolem 99,68g; Tluszc: 61,14g; Kw tl. nasy.: 28,06g; W glowodany ogolem 423,70g; W tym cukry 138,76g; Blonnik pok.: 29,51g; Sol: 10,65g	

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z og. nasyconych kwitluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
nielane	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Twaro ek pomidorowy + 70g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkow fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Papryka wie a 40g Kawa zbo owa z mkiem zc: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkow fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Twaro ek + 50g (ME) Pomidor bskorki 40g Kawa zbo owa z mkiem zc: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Dylna na parze + 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g, 1 szt Twaro ek pomidorowy + 70g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkow fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Papryka wie a 40g Kawa zbo owa z mkiem bcz: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkow fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomidor 40g Kawa zbo owa z mkiem zc: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Twaro ek + 50g (ME) Salata zielona 5g Dylna na parze + 40g	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Twaro ek pomidorowy + 60g (ME) Papryka wie a 40g Kawa zbo owa z mkiem zc: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) D em 25g 1 szt Salata zielona 5g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 80g (ME) Mod (25g) 1 szt Pasta warzywna + 40g (SEL) Pomidor bskorki 40g Kawa zbo owa z mkiem zc: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Twaro ek pomidorowy + 70g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkow fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Papryka wie a 40g Kawa zbo owa z mkiem zc: 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Pomidor 40g
	II N		Kisiel o smaku cytrynowym bcz: 200ml	Kisiel o smaku cytrynowym zc: 150ml		Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (ME)	Kisiel o smaku cytrynowym zc: 200ml
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Kaszaj czmienna/sypko 200g (GLU, J, CZ) Pol dwiczki z kurczaka na parze + 100g Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Brokul gotowany + 130g Woda mineralna n9 Q9 1 szt				Barszcz czerwony z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Kaszaj czmienna/sypko 200g (GLU, J, CZ) Burger z soczewicy pieczony + 2[Por] x 80g (GLUPSZ, JAJ, ME) Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Brokul gotowany + 130g Woda mineralna n9 Q9 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 400g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Pol dwiczki z kurczaka na parze + rozdrobniona 100g Sos pietruszkowy* 100ml (GLUPSZ, ME) Marchew gotowana + puree 130g Woda mineralna n9 Q9 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Kaszaj czmienna/sypko 200g (GLU, J, CZ) Pol dwiczki z kurczaka na parze + 100g Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Brokul gotowany + 130g Woda mineralna n9 Q9 1 szt
	PD		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszc do smarowania 59% 5g niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 30g (ME, GLU, PSZ, JAJ, ME, GOR) Ogorek kiszony 40g	Budy o smaku waniliowym zc: 200ml (ME)		Budy o smaku waniliowym zc: 200ml (ME)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 5g (ME) niadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony woslonce niejadalnej 30g (ME, GLU, PSZ, JAJ, ME, GOR) Pomidor 40g
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki + 80g (JAJ, ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 60g (GLUPSZ, SOJ) Roszponka 5g Herbata czarna ekspresowa zc: 250ml Pomidor bskorki 40g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki + 80g (JAJ, ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 60g (GLUPSZ, SOJ) Roszponka 5g Herbata czarna ekspresowa zc: 250ml Pomidor bskorki 40g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g, 1 szt Pasta z jaj z natk pietruszki + 80g (JAJ, ME) Roszponka 5g Herbata czarna ekspresowa bcz: 250ml Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 60g (GLUPSZ, SOJ) Pomidor 40g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 60g (GLUPSZ, SOJ) Pasta z jaj z natk pietruszki + 80g (JAJ, ME) Roszponka 5g Herbata czarna ekspresowa zc: 250ml Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 130g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Powidla likwowe 50g Serek Fromage 70g (GLUPSZ, ME) Roszponka 5g Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa zc: 250ml Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z kurczaka i warzyw+ 70g (SEL) Dylna pieczona + puree 40g Pasta warzywna + 40g (SEL) Herbata czarna ekspresowa zc: 250ml Salata zielona 5g	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk pietruszki + 80g (JAJ, ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 60g (GLUPSZ, SOJ) Roszponka 5g Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa zc: 250ml Pasta warzywna + 40g (SEL)
		Warto energetyczna: 2095,82kcal; Bialko ogdem 111,43g; Tluszc: 61,14g; Kw tl. nasy.: 24,85g; W glowodany ogdem 288,00g; W tym cukry: 49,95g; Blonnik pok.: 30,37g; Sd: 16,18g	Warto energetyczna: 2120,76kcal; Bialko ogdem 116,16g; Tluszc: 58,37g; Kw tl. nasy.: 22,75g; W glowodany ogdem 293,73g; W tym cukry: 51,05g; Blonnik pok.: 23,49g; Sd: 14,69g	Warto energetyczna: 2229,73kcal; Bialko ogdem 118,48g; Tluszc: 65,51g; Kw tl. nasy.: 18,98g; W glowodany ogdem 312,32g; W tym cukry: 53,88g; Blonnik pok.: 45,00g; Sd: 17,37g	Warto energetyczna: 2436,59kcal; Bialko ogdem 122,87g; Tluszc: 62,39g; Kw tl. nasy.: 25,14g; W glowodany ogdem 356,89g; W tym cukry: 98,83g; Blonnik pok.: 23,57g; Sd: 14,96g	Warto energetyczna: 2484,50kcal; Bialko ogdem 79,11g; Tluszc: 83,46g; Kw tl. nasy.: 42,59g; W glowodany ogdem 370,97g; W tym cukry: 80,66g; Blonnik pok.: 35,94g; Sd: 11,10g	Warto energetyczna: 2319,95kcal; Bialko ogdem 107,95g; Tluszc: 56,74g; Kw tl. nasy.: 23,64g; W glowodany ogdem 356,86g; W tym cukry: 81,50g; Blonnik pok.: 25,31g; Sd: 13,47g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria		
2026-02-04 roda	nielane	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 10g (ME) Ser dły 50g (ME) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50g (RYB, SEL) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50g (RYB, SEL) Jabłko pieczone 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5g Pomidor b/škorki 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YI) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser dły 50g (ME) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (ME) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50g (RYB, SEL) Pomidor 40g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50g (RYB, SEL) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 5g Pomidor b/škorki 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 10g (ME) Jabłko 1 szt 1 szt Ser dły 50g (ME) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME) Pomidor 40g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50g (RYB, SEL) Jabłko pieczone 1 szt puree 1 szt Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME) Salata zielona 5g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 10g (ME) Ser dły 50g (ME) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pasta z mintaja gotowanego z warzywami + 50g (RYB, SEL) Pomidor 40g Salata zielona 5g	
		II N		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YI) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Filet zapiiekany drobiowy 30g (ME) Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5g (ME) Filet zapiiekany drobiowy 30g (ME) Salata zielona 5g		Banan 1/2 szt 1 Por	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLU, PSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 5g (ME) Filet zapiiekany drobiowy 30g (ME) Salata zielona 5g	
		Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Kolekt wleprzowy mielony + 100g (GLU, PSZ, JAJ) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpet wleprzowy ry owy + 120g (GLU, PSZ, JAJ) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Kolekt wleprzowy mielony + 100g (GLU, PSZ, JAJ) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpet wleprzowy ry owy + 120g (GLU, PSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 100g Surówka z selera i brzoskwini b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Racuchy z jabłkami i cukrem pudrem 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Dip jogurtowy naturalny + 100g (ME) Mandarynka 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Pulpet wleprzowy ry owy + rozdrobniony 120g (GLUPSZ, JAJ) Sos pomidorowy + 100g Seler gotowany + puree 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Kolekt wleprzowy mielony + 100g (GLU, PSZ, JAJ) Surówka z selera i brzoskwini b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt
		PD		Salatka z brokulem, decjeryz, pestkami słonecznika i koperkiem 150g	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (GLUPSZ, ME)		Kasza manna na mleku z cynamonem mix 200ml (GLUPSZ, ME)	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (GLUPSZ, ME)	
		Kadłaga	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YI) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g Salata zielona 5g D em 30g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) Pasta warzywna + 40g (SEL) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml D em 30g Pomidor b/škorki 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YI) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) Szyrkowa d bova drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Rzodkiew biala 40g Salata zielona 5g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) Pasta warzywna + 40g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml D em 30g Salata zielona 5g Pomidor b/škorki 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YI) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 10g (ME) D em 30g Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g Salata zielona 5g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) D em 30g Pasta z brokula + 40g Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YI) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YI) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu z koperkiem + 60g (ME) D em 30g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g Salata zielona 5g Pomidor 40g
			Warto energetyczna: 2227,14 kcal; Bialko ogolem 87,97 g; Tluszcz: 76,96 g; Kw tł. nasy.: 33,12 g; W glowodany ogolem 311,88 g; W tym cukry: 90,15 g; Blonnik pok.: 29,62 g; Sól: 12,11 g	Warto energetyczna: 2284,97 kcal; Bialko ogolem 90,46 g; Tluszcz: 65,34 g; Kw tł. nasy.: 23,85 g; W glowodany ogolem 345,12 g; W tym cukry: 98,30 g; Blonnik pok.: 26,01 g; Sól: 9,88 g	Warto energetyczna: 2461,85 kcal; Bialko ogolem 112,69 g; Tluszcz: 98,76 g; Kw tł. nasy.: 29,28 g; W glowodany ogolem 300,84 g; W tym cukry: 46,08 g; Blonnik pok.: 47,49 g; Sól: 13,68 g	Warto energetyczna: 2637,55 kcal; Bialko ogolem 109,70 g; Tluszcz: 74,44 g; Kw tł. nasy.: 28,96 g; W glowodany ogolem 394,13 g; W tym cukry: 107,18 g; Blonnik pok.: 27,39 g; Sól: 11,01 g	Warto energetyczna: 2467,04 kcal; Bialko ogolem 80,03 g; Tluszcz: 87,76 g; Kw tł. nasy.: 35,25 g; W glowodany ogolem 366,50 g; W tym cukry: 112,97 g; Blonnik pok.: 27,48 g; Sól: 10,42 g	Warto energetyczna: 2374,57 kcal; Bialko ogolem 100,67 g; Tluszcz: 57,37 g; Kw tł. nasy.: 23,99 g; W glowodany ogolem 380,31 g; W tym cukry: 115,16 g; Blonnik pok.: 30,61 g; Sól: 10,20 g	Warto energetyczna: 2569,72 kcal; Bialko ogolem 105,81 g; Tluszcz: 85,97 g; Kw tł. nasy.: 38,23 g; W glowodany ogolem 360,18 g; W tym cukry: 98,42 g; Blonnik pok.: 31,75 g; Sól: 13,56 g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatbiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-02-05 czwartek	niadanie	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Pomidor b/škoróki 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w osl.niejad 50g Marszew talarki gotowane + 40g Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w osl.niejad 50g Marszew talarki + 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Pomidor b/škoróki 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Marszew talarki gotowane + 40g Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w osl.niejad 50g Salata zielona 5g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tłuszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50g (ME) Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w osl.niejad 50g Ogórek kiszony 40g Marszew talarki + 40g Kawa zbo owa z młkiem b/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Pomidor b/škoróki 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Marszew talarki gotowane + 40g Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w osl.niejad 50g Salata zielona 5g	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Marszew gotowana + puree 80g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Hummus + 60g (SOJ) Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Marszew talarki + 40g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Marszew gotowana + puree 80g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Hummus + 60g (SOJ) Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Marszew talarki + 40g Salata zielona 5g	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Serek homo. naturalny 50g (ME) Marszew gotowana + puree 80g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Hummus + 60g (SOJ) Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z młkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Marszew talarki + 40g Salata zielona 5g
	II N		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Szynka zielonogorska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z pol. czonych kawalków mi sa 30g (SOJ, ME, SEL, md e zaniera : JAJ, GOR) Salata zielona 5g	Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (ME)		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200ml	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200ml	
	Obiad	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100g Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100g Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Kalafior gotowany + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100g Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100g Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Kalafior gotowany + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Placki ziemniaczane 300g (GLUPSZ, JAJ) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100g (ME) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + mix 300g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + rozdrobniona 100g Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100g Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt
	PD			Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (ME)	Galaretki jogurtowa o smaku cytrynowym 200g (ME)		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (ME)	Galaretki jogurtowa o smaku cytrynowym 200g (ME)
	Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 40g (GLUPSZ, SOJ) Tvaro ek + 60g (ME) Salatka z pomidorówi koperku + 50g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 40g (GLUPSZ, SOJ) Tvaro ek + 60g (ME) Salatka z pomidorówi koperku + 50g Pomidor b/škoróki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g (SEL)	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tłuszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 40g (GLUPSZ, SOJ) Tvaro ek + 60g (ME) Salatka z pomidorówi koperku + 50g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 50g (GLUPSZ, SOJ) Tvaro ek + 60g (ME) Salata zielona 5g Pomidor b/škoróki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g (SEL)	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z fasoli z cebulk + 70g Ser dly 50g (ME) Salatka z pomidorówi koperku + 50g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z w dlin drobiow i nalk pietruszki + 70g (md ezaniera : ME, GOR) Jabko pieczone 1szt puree 1szt Seler gotowany + puree 40g (SEL) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka od Te dia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 40g (GLUPSZ, SOJ) Tvaro ek + 60g (ME) Salatka z pomidorówi koperku + 50g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rzodkiew biala 40g
	Warto energetyczna: 2193,13 kcal; Bialko ogolem 106,79g; Tluszcz: 62,52g; Kw tl. nasy.: 22,83g; W glowodany ogolem 315,18g; W tym cukry: 48,19g; Bionnik pok.: 32,56g; Sod: 13,39g	Warto energetyczna: 2168,56 kcal; Bialko ogolem 115,97g; Tluszcz: 53,06g; Kw tl. nasy.: 22,09g; W glowodany ogolem 319,12g; W tym cukry: 47,68g; Bionnik pok.: 26,50g; Sod: 11,38g	Warto energetyczna: 2248,67 kcal; Bialko ogolem 118,02g; Tluszcz: 65,34g; Kw tl. nasy.: 17,05g; W glowodany ogolem 318,96g; W tym cukry: 39,30g; Bionnik pok.: 47,05g; Sod: 13,83g	Warto energetyczna: 2439,19 kcal; Bialko ogolem 129,61g; Tluszcz: 58,40g; Kw tl. nasy.: 25,54g; W glowodany ogolem 360,30g; W tym cukry: 50,54g; Bionnik pok.: 26,50g; Sod: 11,97g	Warto energetyczna: 2478,89 kcal; Bialko ogolem 145,51g; Tluszcz: 103,76g; Kw tl. nasy.: 29,90g; W glowodany ogolem 327,68g; W tym cukry: 52,88g; Bionnik pok.: 38,99g; Sod: 11,66g	Warto energetyczna: 2237,75 kcal; Bialko ogolem 92,81g; Tluszcz: 61,37g; Kw tl. nasy.: 21,24g; W glowodany ogolem 339,64g; W tym cukry: 99,44g; Bionnik pok.: 25,86g; Sod: 10,34g	Warto energetyczna: 2515,59 kcal; Bialko ogolem 112,62g; Tluszcz: 63,85g; Kw tl. nasy.: 23,63g; W glowodany ogolem 386,34g; W tym cukry: 81,28g; Bionnik pok.: 32,59g; Sod: 13,55g	

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
nielane	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod. dodan. 50g (SO) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Kasza manna na mleku 300ml (GLU, PSZ, ME) Pasta z twarogu i w. dliny drob- wpz z natk. pietruszki + 50g (ME) Papryka wie a 40g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod. dodan. 50g (SO) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Kasza manna na mleku 300ml (GLU, PSZ, ME) Pasta z twarogu i w. dliny drob- wpz z natk. pietruszki + 50g (ME) Salata zielona 5g Pomidor b/orki 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod. dodan. 50g (SO) Gruszka 1szt 150g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Jogurt naturalny 2,5% tl. 150g 1szt (ME) Pasta z twarogu i w. dliny drob- wpz z natk. pietruszki + 50g (ME) Papryka wie a 40g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod. dodan. 50g (SO) Banan 1szt 1szt Kasza manna na mleku 300ml (GLU, PSZ, ME) Pasta z twarogu i w. dliny drob- wpz z natk. pietruszki + 50g (ME) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor b/orki 40g	Kasza manna na mleku 300ml (GLU, PSZ, ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Serek ziemisty naturalny 80g (ME) Miod (25g) 1szt Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Papryka wie a 40g Salata zielona 5g	Kasza manna na mleku MX 300ml (GLU, PSZ, ME) Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu i w. dliny drob- wpz z natk. pietruszki + 60g (ME) Miod (25g) 1szt Salata zielona 5g Pomidor b/orki 40g Jabko pieczone 1szt puree 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wod. dodan. 50g (SO) Banan 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Kasza manna na mleku 300ml (GLU, PSZ, ME) Pasta z twarogu i w. dliny drob- wpz z natk. pietruszki + 50g (ME) Papryka wie a 40g Salata zielona 5g
II N			Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% 5g Pol. dwica Sopocka drobiowo-wieprzowa w. dzona parzona 30g (SO) Papryka wie a 40g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5g (ME) Pol. dwica Sopocka drobiowo-wieprzowa w. dzona parzona 30g (SO) Salata zielona 5g		Chrupki kukurydziane 50g	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 5g (ME) Pol. dwica Sopocka drobiowo-wieprzowa w. dzona parzona 30g (SO) Papryka wie a 40g
Obiad	Zupa brokulowa z makaronem+ 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Mruna sma. ona 120g+ 120g (GLU, PSZ, JAI, RYB, SOI) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 130g (ME, SO) Woda mineralna n/g Q5 1szt	Zupa brokulowa z makaronem+ 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpetz minuny + 2 Porj x 50g (GLU, PSZ, JAI, RYB, SOI) Buraki tarte na cieplo + 130g Woda mineralna n/g Q5 1szt Sos cytrynowy + 100g (GLUPSZ, ME)	Zupa brokulowa z makaronem+ 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Mruna sma. ona 120g+ 120g (GLU, PSZ, JAI, RYB, SOI) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 130g (ME, SO) Woda mineralna n/g Q5 1szt	Zupa brokulowa z makaronem+ 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Ry bialy + 200g Leczo wegetaria skie z tofu + 200g (GLUPSZ, SOI, ME) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 130g (ME, SO) Woda mineralna n/g Q5 1szt	Zupa brokulowa z makaronem+ mix 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Pulpetz minuny + 2 Porj x 50g (GLU, PSZ, JAI, RYB, SOI) Sos cytrynowy + 100g (GLUPSZ, ME) Buraki tarte na cieplo + puree 130g Woda mineralna n/g Q5 1szt	Zupa brokulowa z makaronem+ 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250g Pulpetz minuny + 2 Porj x 50g (GLU, PSZ, JAI, RYB, SOI) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 130g (ME, SO) Woda mineralna n/g Q5 1szt	Zupa brokulowa z makaronem+ 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250g Pulpetz minuny + 2 Porj x 50g (GLU, PSZ, JAI, RYB, SOI) Surówka z czerwonej kapusty z olejem b/c + 130g (ME, SO) Woda mineralna n/g Q5 1szt
PD			Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% 5g Serek homo pomidorowy 60g (ME) Salata zielona 5g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1szt (ME)		Serek homo naturalny 150g 1szt (ME)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1szt (ME)
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk. pietruszki + 60g (JAI, ME) Szynkowa d. bowa kiel. vp. gr. rozdz. w. dz. parzo. z dodat. wody w. osl. niejad. 30g Salatka z pomidorowi koperku + 60g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Dyńia na parze + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk. pietruszki + 60g (JAI, ME) Szynkowa d. bowa kiel. vp. gr. rozdz. w. dz. parzo. z dodat. wody w. osl. niejad. 30g Salatka z pomidorowi koperku + 60g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Dyńia na parze + 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1szt Pasta z jaj z natk. pietruszki + 60g (JAI, ME) Szynkowa d. bowa kiel. vp. gr. rozdz. w. dz. parzo. z dodat. wody w. osl. niejad. 30g Salatka z pomidorowi koperku + 60g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Salata zielona 5g Dyńia na parze + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk. pietruszki + 60g (JAI, ME) Szynkowa d. bowa kiel. vp. gr. rozdz. w. dz. parzo. z dodat. wody w. osl. niejad. 30g Salatka z pomidorowi koperku + 60g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Dyńia na parze + 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Ser dty 50g (ME) Pasta z jaj z natk. pietruszki + 70g (JAI, ME) Salatka z pomidorowi koperku + 60g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Dyńia na parze + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk. pietruszki + 80g (JAI, ME) Szynkow. gotowany z olejem + puree 40g Salata zielona 5g Dyńia na parze + puree 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z jaj z natk. pietruszki + 60g (JAI, ME) Szynkowa d. bowa kiel. vp. gr. rozdz. w. dz. parzo. z dodat. wody w. osl. niejad. 30g Salatka z pomidorowi koperku + 60g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Dyńia na parze + 40g
	Warto energetyczna: 2455.30kcal; Bialko ogolem 104.21g; Tluszcz: 71.24g; Kw. tl. nasy: 22.98g; W. glowodany ogolem 361.64g; W. tym cukry: 90.04g; Błonnik pok.: 32.41g; Sól: 13.68g	Warto energetyczna: 2518.43kcal; Bialko ogolem 105.57g; Tluszcz: 75.16g; Kw. tl. nasy: 30.05g; W. glowodany ogolem 362.24g; W. tym cukry: 97.42g; Błonnik pok.: 23.13g; Sól: 12.98g	Warto energetyczna: 2446.38kcal; Bialko ogolem 118.07g; Tluszcz: 75.50g; Kw. tl. nasy: 16.31g; W. glowodany ogolem 345.46g; W. tym cukry: 44.69g; Błonnik pok.: 51.37g; Sól: 14.65g	Warto energetyczna: 2861.03kcal; Bialko ogolem 120.80g; Tluszcz: 84.77g; Kw. tl. nasy: 35.83g; W. glowodany ogolem 411.63g; W. tym cukry: 115.06g; Błonnik pok.: 24.21g; Sól: 14.33g	Warto energetyczna: 2681.95kcal; Bialko ogolem 85.44g; Tluszcz: 83.97g; Kw. tl. nasy: 34.81g; W. glowodany ogolem 411.98g; W. tym cukry: 93.21g; Błonnik pok.: 32.09g; Sól: 14.16g	Warto energetyczna: 2731.94kcal; Bialko ogolem 112.45g; Tluszcz: 81.04g; Kw. tl. nasy: 29.20g; W. glowodany ogolem 395.59g; W. tym cukry: 73.35g; Błonnik pok.: 26.83g; Sól: 10.88g	Warto energetyczna: 2674.20kcal; Bialko ogolem 112.45g; Tluszcz: 72.98g; Kw. tl. nasy: 28.23g; W. glowodany ogolem 404.66g; W. tym cukry: 109.64g; Błonnik pok.: 34.73g; Sól: 15.78g

Jadłospisy za okres od dnia 2026-02-02 do dnia 2026-02-15 KUCHNIA GDA SK ZAKA NY

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-02-07 sobota	nielanie	Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Filet z piekarni drobiowy 50g (ME) Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Serek twarogowy homogenizowany + 50g (ME) Salata zielona 5g Jabko pieczone 1szt 1szt Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Filet z piekarni drobiowy 50g (ME) Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Serek twarogowy homogenizowany + 50g (ME) Salata zielona 5g Jabko pieczone 1szt 1szt Pomidor 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1szt Filet z piekarni drobiowy 50g (ME) Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Serek twarogowy homogenizowany + 50g (ME) Jabko 1szt 1szt Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Filet z piekarni drobiowy 50g (ME) Serek twarogowy homogenizowany + 50g (ME) Maso extra 82% 10g (ME) Pasztet sojowy z pomidorami 60g (SOJ, GOR) Serek twarogowy homogenizowany + 50g (ME) Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Jabko 1szt 1szt Pomidor 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Serek twarogowy homogenizowany + 80g (ME) Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Jabko pieczone 1szt puree 1szt Pomidor 40g	Kawa zbo owa z mlekiem z.c. 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Filet z piekarni drobiowy 50g (ME) Salata zielona 5g Serek twarogowy homogenizowany + 50g (ME) Jabko 1szt 1szt Pomidor 40g
		II N		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% 5g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony woslonce niejadalnej 30g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 5g (ME) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony woslonce niejadalnej 30g Salata zielona 5g		Jogurt brzoskwinowy 150g 1szt (ME)
Obiad	Zupa krem z dyni + 400g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10g (GLUPSZ, JAJ, ME, no ezaniera : SOJ) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200g Surówka z marchwi, jablka i pomara czy b.c + 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt	Zupa krem z dyni + 400g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10g (GLUPSZ, JAJ, ME, no ezaniera : SOJ) Kasza j czmienna + 250g (GLUJ, CZ) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200g Surówka z marchwi, jablka i pomara czy b.c + 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt	Zupa krem z dyni + 400g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10g (GLUPSZ, JAJ, ME, no ezaniera : SOJ) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200g Surówka z marchwi, jablka i pomara czy b.c + 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt	Zupa krem z dyni + 400g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10g (GLUPSZ, JAJ, ME, no ezaniera : SOJ) Pysz z farszem szpinakowym z serem + 300g (GLUPSZ, JAJ, ME) Surówka z marchwi, jablka i pomara czy b.c + 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt	Zupa krem z dyni + mix 400g (SOJ, SEL) Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200g Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Brokol gotowany + puree 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt	Zupa krem z dyni + 400g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10g (GLUPSZ, JAJ, ME, no ezaniera : SOJ) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200g Surówka z marchwi, jablka i pomara czy b.c + 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt	Zupa krem z dyni + 400g (SOJ, SEL) Grzanki pszenne + 10g (GLUPSZ, JAJ, ME, no ezaniera : SOJ) Kasza j czmienna + 200g (GLUJ, CZ) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200g Surówka z marchwi, jablka i pomara czy b.c + 130g Woda mineralna n.g Q5 1szt
	PD		Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (ME)		Kisiel o smaku truskawkowym z.c. 200ml	Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (ME)	
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasztet z soczewicy + 50g (JAJ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, no e zaniera : JAJ, GOR, SOJ) Miod (25g) 1szt Pomidor b.skorki 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z.c. 250ml Buraki gotowane + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, no e zaniera : JAJ, GOR, SOJ) Miod (25g) 1szt Pomidor b.skorki 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z.c. 250ml Buraki gotowane + 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1szt Pasztet z soczewicy + 50g (JAJ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, no e zaniera : JAJ, GOR, SOJ) Ogorek wie y 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b.c. 250ml Buraki gotowane + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, no e zaniera : JAJ, GOR, SOJ) Miod (25g) 1szt Pomidor b.skorki 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z.c. 250ml Buraki gotowane + 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasztet z soczewicy + 50g (JAJ) Miod (25g) 1szt Ogorek wie y 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z.c. 250ml Buraki gotowane + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Schab gotowany 70g Miod (25g) 1szt Buraki gotowane + puree 80g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z.c. 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasztet z soczewicy + 50g (JAJ) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL, no e zaniera : JAJ, GOR, SOJ) Ogorek wie y 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z.c. 250ml Buraki gotowane + 40g
	Warto energetyczna: 2225.34kcal; Bialko ogolem 96.40g; Tluszcz: 63.44g; Kw tl. nasy.: 22.63g; W glowodany ogolem: 332.62g; W tym cukry: 73.75g; Bionnik pok.: 36.81g; Sod: 11.57g	Warto energetyczna: 2293.04kcal; Bialko ogolem 101.55g; Tluszcz: 61.30g; Kw tl. nasy.: 22.47g; W glowodany ogolem: 348.09g; W tym cukry: 75.43g; Bionnik pok.: 38.04g; Sod: 10.19g	Warto energetyczna: 2373.17kcal; Bialko ogolem 111.10g; Tluszcz: 66.52g; Kw tl. nasy.: 16.79g; W glowodany ogolem: 356.43g; W tym cukry: 66.14g; Bionnik pok.: 53.28g; Sod: 12.16g	Warto energetyczna: 2549.09kcal; Bialko ogolem 115.15g; Tluszcz: 68.73g; Kw tl. nasy.: 26.73g; W glowodany ogolem: 382.12g; W tym cukry: 80.23g; Bionnik pok.: 29.04g; Sod: 11.52g	Warto energetyczna: 2218.05kcal; Bialko ogolem 60.51g; Tluszcz: 61.96g; Kw tl. nasy.: 18.77g; W glowodany ogolem: 365.60g; W tym cukry: 71.59g; Bionnik pok.: 35.95g; Sod: 10.76g	Warto energetyczna: 2396.45kcal; Bialko ogolem 112.60g; Tluszcz: 56.62g; Kw tl. nasy.: 25.06g; W glowodany ogolem: 366.81g; W tym cukry: 125.29g; Bionnik pok.: 26.55g; Sod: 8.81g	Warto energetyczna: 2478.56kcal; Bialko ogolem 108.90g; Tluszcz: 70.84g; Kw tl. nasy.: 26.92g; W glowodany ogolem: 367.54g; W tym cukry: 79.10g; Bionnik pok.: 38.98g; Sod: 13.25g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzyca/Z. ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria		
2026-02-03 niedziela	nielane	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Hummus + 50g ( <u>SOJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/skorcki 40g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Serek ziemisty naturalny 60g ( <u>ME</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/skorcki 40g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Hummus + 50g ( <u>SOJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Ogorek kiszony 40g Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Serek ziemisty naturalny 60g ( <u>ME</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/skorcki 40g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Hummus + 50g ( <u>SOJ</u> ) Pasztet sjojowy z pomidorami 60g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ogorek kiszony 40g Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Serek ziemisty naturalny 60g ( <u>ME</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/skorcki 40g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Hummus + 50g ( <u>SOJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/skorcki 40g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Hummus + 50g ( <u>SOJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pier delikatna z kumej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalkowfileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej, 50g ( <u>MD, EZANERA : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/skorcki 40g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )
		II		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% 5g Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 30g ( <u>SOJ</u> ) Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 50g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>ME</u> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 30g ( <u>SOJ</u> ) Salata zielona 5g		Sok jablkowy 100% Q2 w kartoniku 1 szt	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 30g ( <u>SOJ</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g	
		Obiad	Krupnik czmienny + 400g ( <u>SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> ) Surówka z rzepy, marchwi, jablka, selera i papryki b/c + 130g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Krupnik czmienny + 400g ( <u>SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Krupnik czmienny + 400g ( <u>SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> ) Surówka z rzepy, marchwi, jablka, selera i papryki b/c + 130g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Krupnik czmienny + 400g ( <u>SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Krupnik czmienny + 400g ( <u>SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Zapiekanka ziemniaczana z pieczark , papryk kolorow , ogorkiem konserwowym i kukurydz + 300g ( <u>JAJ, ME, GOR</u> ) Sos paprykowy + 100g Surówka z rzepy, marchwi, jablka, selera i papryki b/c + 130g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Krupnik czmienny + mix 400g ( <u>GLU, PSZ, SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200g ( <u>ME</u> ) Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> ) Sos koperkowy dieta (bez mleka) + 100g ( <u>SEL</u> ) Bukiet warzyw gotowanych + puree 130g	Krupnik czmienny + 400g ( <u>SOJ, SEL, GLU, CZ</u> ) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200g Pulpet z kurczaka z nadzieniem pomidorowym + 2 [Por] x 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SEL</u> ) Surówka z rzepy, marchwi, jablka, selera i papryki b/c + 130g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )
			PD		Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt ( <u>ME</u> )		Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt ( <u>ME</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt ( <u>ME</u> )	Jogurt brzoskwiniowy 150g 1 szt ( <u>ME</u> )
		Kdaga	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rukola 5g Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g ( <u>SOJ</u> ) Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor b/skorcki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Rukola 5g Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g ( <u>SOJ</u> ) Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Rukola 5g Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g ( <u>SOJ</u> ) Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 50g ( <u>SOJ</u> ) Rukola 5g Pomidor b/skorcki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g ( <u>SOJ</u> ) Hummus + 50g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 40g Rukola 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z w dlin drobiow i nak pietruszki + 70g ( <u>MD, EZANERA : ME, GOR</u> ) Szpinak gotowany z olejem + puree 40g Seler gotowany + puree 40g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Masło extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka Piastowska- vp., w dzona, parzona z dod. b.sjojowego i wody 30g ( <u>SOJ</u> ) Rukola 5g Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )
			PN	Herbatniki Be Be 16g 1 szt ( <u>GLUPSZ, SOJ, ME, MD, EZANERA : OZI, ORZ</u> ) Mleko Smakowe UHT 1,5% tl Q2 1 szt ( <u>ME</u> )					
			Warto energetyczna: 1941.77 kcal; Bialko ogolem 78.14g; Tluszc: 58.06g; Kw tl. nasy.: 21.45g; W glowodany ogolem 283.97g; W tym cukry: 42.28g; Blonnik pok.: 29.13g; Sól: 13.83g	Warto energetyczna: 1829.37 kcal; Bialko ogolem 83.91g; Tluszc: 48.26g; Kw tl. nasy.: 19.98g; W glowodany ogolem 276.62g; W tym cukry: 38.03g; Blonnik pok.: 23.92g; Sól: 12.20g	Warto energetyczna: 1946.32 kcal; Bialko ogolem 86.86g; Tluszc: 59.20g; Kw tl. nasy.: 14.58g; W glowodany ogolem 285.62g; W tym cukry: 25.29g; Blonnik pok.: 47.19g; Sól: 14.48g	Warto energetyczna: 2159.69 kcal; Bialko ogolem 104.00g; Tluszc: 59.65g; Kw tl. nasy.: 26.29g; W glowodany ogolem 314.06g; W tym cukry: 38.99g; Blonnik pok.: 24.91g; Sól: 14.31g	Warto energetyczna: 2131.15 kcal; Bialko ogolem 61.21g; Tluszc: 89.91g; Kw tl. nasy.: 17.87g; W glowodany ogolem 278.89g; W tym cukry: 42.97g; Blonnik pok.: 36.88g; Sól: 12.73g	Warto energetyczna: 2113.75 kcal; Bialko ogolem 82.42g; Tluszc: 56.97g; Kw tl. nasy.: 20.10g; W glowodany ogolem 330.22g; W tym cukry: 73.28g; Blonnik pok.: 30.76g; Sól: 12.32g	Warto energetyczna: 2199.77 kcal; Bialko ogolem 91.44g; Tluszc: 68.40g; Kw tl. nasy.: 27.61g; W glowodany ogolem 312.25g; W tym cukry: 72.70g; Blonnik pok.: 31.49g; Sól: 15.57g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr.nasyconych kwituszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-02-09 poniedziałek	niadane	Platki owsiane na mleku 300ml ( <u>ME</u> <u>GLU,OM</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem bialka wieprzowego 50g ( <u>ME, md e zameta : GLUPSZ, JAI, SOI, SEL, GOR</u> ) Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Marchewniki gotowana + 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Pomidor 40g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <u>ME</u> <u>GLU,OM</u> ) Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem bialka wieprzowego 50g ( <u>ME, md e zameta : GLUPSZ, JAI, SOI, SEL, GOR</u> ) Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Marchewniki gotowana + 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor b/skorki 40g	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem bialka wieprzowego 50g ( <u>ME, md e zameta : GLUPSZ, JAI, SOI, SEL, GOR</u> ) Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Rzodkiewbiala 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Pomidor 40g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <u>ME</u> <u>GLU,OM</u> ) Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem bialka wieprzowego 50g ( <u>ME, md e zameta : GLUPSZ, JAI, SOI, SEL, GOR</u> ) Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Marchewniki gotowana + 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor b/skorki 40g	Platki owsiane na mleku 300ml ( <u>ME</u> <u>GLU,OM</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Pasta z fasoli z osbulk + 60g Rzodkiewbiala 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Pomidor 40g	Platki owsiane na mleku MX 300ml ( <u>ME</u> <u>GLU,OM</u> ) Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Serek mietankowy naturalny 100g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Pasta z brokula + 40g Pomidor b/skorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Platki owsiane na mleku 300ml ( <u>ME</u> <u>GLU,OM</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem bialka wieprzowego 50g ( <u>ME, md e zameta : GLUPSZ, JAI, SOI, SEL, GOR</u> ) Serek mietankowy naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Rzodkiewbiala 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Pomidor 40g
	II N		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszcz do smarowania 59% 5g Szynkowa d bova Kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w ost.niejad 50g Papryka wie a 40g	Bulka pszenna dluga krojona 50g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 5g ( <u>ME</u> ) Szynkowa d bova Kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w ost.niejad 50g Salata zielona 5g			Sok jablkowy 200ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Szynkowa d bova Kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodatwody w ost.niejad 50g Maslo extra 82% 5g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g
	Obiad	Zupa pomidorowa z ry em + 400g ( <u>SOI</u> <u>ME, SEL</u> ) Mikaron lazanki + 200g ( <u>GLUPSZ, JAI</u> ) Kapusta gotowana z pieczarkami + 200g ( <u>SOI, ME, SOI</u> ) Jabliko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> )	Zupa pomidorowa z ry em + 400g ( <u>SOI</u> <u>ME, SEL</u> ) Ry bialy + 200g Sos jarzynowo-drobiowy + 200g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa d/ta + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa pomidorowa z ry em + 400g ( <u>SOI</u> <u>ME, SEL</u> ) Ry bialy + 200g Sos jarzynowo-drobiowy + 200g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa d/ta + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa pomidorowa z ry em + 400g ( <u>SOI</u> <u>ME, SEL</u> ) Ry bialy + 200g Sos jarzynowo-drobiowy + 200g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, SEL</u> ) Fasolka szparagowa d/ta + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa pomidorowa z ry em + 400g ( <u>SOI</u> <u>ME, SEL</u> ) Mikaron lazanki + 200g ( <u>GLUPSZ, JAI</u> ) Kapusta gotowana z pieczarkami + 200g ( <u>SOI, ME, SOI</u> ) Fasolka szparagowa d/ta + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> )	Zupa pomidorowa z ry em + MX 400g ( <u>SOI, ME, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200g ( <u>ME</u> ) Sos jarzynowo-drobiowy + rozdrobniony 200g ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Seler gotowany + puree 130g ( <u>SEL</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa pomidorowa z ry em + 400g ( <u>SOI</u> <u>ME, SEL</u> ) Mikaron lazanki + 200g ( <u>GLUPSZ, JAI</u> ) Kapusta gotowana z pieczarkami + 200g ( <u>SOI, ME, SOI</u> ) Jabliko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> )
	PD			Budy o smaku mietankowym b/c 200 ml ( <u>ME</u> )	Budy o smaku mietankowym z/c 200 ml ( <u>ME</u> )		Budy o smaku mietankowym z/c 200ml ( <u>ME</u> )	
	Kadaga	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka od Te cia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 50g ( <u>GLUPSZ, SOI</u> ) Pomidor 40g Twaro ek z natk pietruszki + 30g ( <u>ME</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka od Te cia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 50g ( <u>GLUPSZ, SOI</u> ) Pomidor b/skorki 40g Twaro ek z natk pietruszki + 30g ( <u>ME</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Szynka od Te cia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 50g ( <u>GLUPSZ, SOI</u> ) Twaro ek + 30g ( <u>ME</u> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka od Te cia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 50g ( <u>GLUPSZ, SOI</u> ) Twaro ek z natk pietruszki + 30g ( <u>ME</u> ) Pomidor b/skorki 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Tofu 50g ( <u>SOI</u> ) Pomidor 40g Twaro ek z natk pietruszki + 30g ( <u>ME</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU</u> <u>PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z w dlin drobiowy i natk pietruszki + 60g ( <u>md ezameta : ME, GOR</u> ) Pasta z groszku zielonego + 40g Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU</u> <u>PSZ, GLU, YT</u> ) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Szynka od Te cia- w dzonka wieprzowa, parzona z dodan wod 50g ( <u>GLUPSZ, SOI</u> ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Twaro ek z natk pietruszki + 30g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g ( <u>SEL</u> )
		Warto energetyczna: 2254.47 kcal; Bialko ogdem 82.69g; Tluszcz: 67.64g; Kw tl. nasy.: 30.78g; W glowodany ogdem 343.11g; W tym cukry: 69.36g; Bionnik pok.: 31.64g; Sd: 12.09g	Warto energetyczna: 2337.77 kcal; Bialko ogdem 97.49g; Tluszcz: 67.28g; Kw tl. nasy.: 28.97g; W glowodany ogdem 347.67g; W tym cukry: 59.83g; Bionnik pok.: 24.60g; Sd: 12.78g	Warto energetyczna: 2437.41 kcal; Bialko ogdem 101.56g; Tluszcz: 76.85g; Kw tl. nasy.: 24.69g; W glowodany ogdem 353.95g; W tym cukry: 64.25g; Bionnik pok.: 51.25g; Sd: 13.93g	Warto energetyczna: 2768.65 kcal; Bialko ogdem 116.69g; Tluszcz: 77.68g; Kw tl. nasy.: 34.76g; W glowodany ogdem 413.01g; W tym cukry: 85.53g; Bionnik pok.: 25.64g; Sd: 15.12g	Warto energetyczna: 2343.85 kcal; Bialko ogdem 82.25g; Tluszcz: 70.83g; Kw tl. nasy.: 29.79g; W glowodany ogdem 361.26g; W tym cukry: 59.25g; Bionnik pok.: 39.06g; Sd: 10.86g	Warto energetyczna: 2617.35 kcal; Bialko ogdem 94.63g; Tluszcz: 90.07g; Kw tl. nasy.: 36.87g; W glowodany ogdem 371.25g; W tym cukry: 102.31g; Bionnik pok.: 30.10g; Sd: 10.96g	Warto energetyczna: 2675.35 kcal; Bialko ogdem 100.49g; Tluszcz: 77.94g; Kw tl. nasy.: 36.58g; W glowodany ogdem 407.75g; W tym cukry: 94.45g; Bionnik pok.: 33.42g; Sd: 14.76g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzyca/Z. ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-02-10 wtorek	nielanie	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Ser w dzony 50g (ME) Miod (25g) 2szt Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Papryka wie a 40g Salata lodowa 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pol. dwica Sopodka drobiowo-wieprzowa w dzona parzona 50g (SOJ) Miod (25g) 2szt Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Pomidor b/skorki 40g Salata lodowa 5g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Ser w dzony 50g (ME) Pol. dwica Sopodka drobiowo-wieprzowa w dzona parzona 50g (SOJ) Pomara cza 1 szt 1szt Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Papryka wie a 40g Salata lodowa 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Miod (25g) 1szt Pol. dwica Sopodka drobiowo-wieprzowa w dzona parzona 70g (SOJ) Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Pomidor 40g Salata lodowa 5g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Twaro ek z nalk pietruszki + 50g (ME) Brokul gotowany + puree 40g Ser w dzony 50g (ME) Miod (25g) 2szt Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Papryka wie a 40g Salata lodowa 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Twaro ek z nalk pietruszki + 50g (ME) Brokul gotowany + puree 40g Ser w dzony 50g (ME) Miod (25g) 2szt Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Papryka wie a 40g Salata lodowa 5g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Ser w dzony 50g (ME) Miod (25g) 2szt Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pomara cza 1 szt 1szt Papryka wie a 40g Salata lodowa 5g
	II		Chipsy z selera 50g (SEL)	Jogurt brzoskwiniovyy 150g 1 szt (ME)		Jogurt brzoskwiniovyy 150g 1 szt (ME)		
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Kotlet schabowy panierowany + 120g (GLUPSZ, JAU) Salatka z burakowii jablka (z olejem) b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Sos wlasny dieta + 100g Brokul gotowany + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Sos wlasny dieta + 100g Salatka z burakowii jablka (z olejem) b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Sos wlasny dieta + 100g Brokul gotowany + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Gulasz z bocznikow, dyni i soczewicy + 200g (SOJ) Salatka z burakowii jablka (z olejem) b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + MX 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Schab gotowany + rozdrobniony 100g Sos wlasny dieta + 100g Buraki gotowane slupki + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250g Kotlet schabowy panierowany + 120g (GLUPSZ, JAU) Sos wlasny dieta + 100g Salatka z burakowii jablka (z olejem) b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt
	PD			Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% 5g Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 5g (ME) Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30g Salata zielona 5g		Kisiel o smaku truskawkovym z/c 200ml	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Szynkowa d bowa kiel.vp.gr.rozd.w dz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30g Maso extra 82% 5g (ME) Salata zielona 5g
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 120g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Salata zielona 5g Ogorek kiszony 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Marchew talarki gotowane + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Salata zielona 5g Pomidor b/skorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Marchew talarki gotowane + 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Ogorek kiszony 40g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Salata zielona 5g Pomidor 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Pomidor b/skorki 40g Salata zielona 5g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Marchew talarki gotowane + 40g	Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Pasztet sojovyy z pomidorami 60g (SOJ, GOR) Ogorek kiszony 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Salata zielona 5g Marchew talarki gotowane + 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Maso extra 82% 10g (ME) Pasta z w din drobiow i nalk pietruszki + 100g (no ezaniera : ME, GOR) Banan 1/2 szt 1 Por Marchew talarki gotowane + puree 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Maso extra 82% 10g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAU) Ogorek kiszony 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Marchew talarki gotowane + 40g	
	Warto energetyczna: 2359,19 kcal; Bialko ogdem 94,16g; Tluszcz: 60,84g; Kw tl. nasy.: 19,33g; W glowodany ogdem 364,35g; W tym cukry: 73,55g; Blonnik pok.: 33,82g; Sól: 12,72g	Warto energetyczna: 2192,34 kcal; Bialko ogdem 101,17g; Tluszcz: 48,70g; Kw tl. nasy.: 19,96g; W glowodany ogdem 346,53g; W tym cukry: 66,66g; Blonnik pok.: 26,15g; Sól: 9,72g	Warto energetyczna: 2257,13 kcal; Bialko ogdem 114,00g; Tluszcz: 66,12g; Kw tl. nasy.: 13,44g; W glowodany ogdem 311,24g; W tym cukry: 60,37g; Blonnik pok.: 48,58g; Sól: 14,35g	Warto energetyczna: 2462,54 kcal; Bialko ogdem 117,18g; Tluszcz: 58,67g; Kw tl. nasy.: 25,72g; W glowodany ogdem 375,86g; W tym cukry: 89,56g; Blonnik pok.: 27,61g; Sól: 11,84g	Warto energetyczna: 2399,84 kcal; Bialko ogdem 66,19g; Tluszcz: 77,27g; Kw tl. nasy.: 18,30g; W glowodany ogdem 363,34g; W tym cukry: 77,27g; Blonnik pok.: 38,51g; Sól: 12,75g	Warto energetyczna: 2573,90 kcal; Bialko ogdem 100,68g; Tluszcz: 57,37g; Kw tl. nasy.: 21,33g; W glowodany ogdem 420,06g; W tym cukry: 139,10g; Blonnik pok.: 25,73g; Sól: 10,46g	Warto energetyczna: 2767,68 kcal; Bialko ogdem 107,16g; Tluszcz: 74,39g; Kw tl. nasy.: 25,32g; W glowodany ogdem 419,97g; W tym cukry: 96,96g; Blonnik pok.: 36,41g; Sól: 14,47g	

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzyca/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-02-11 ródca	niédanie	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>ME</u> ) D em 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Mandarynka 1 szt Pomidor 40g Salata zielona 5g	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>ME</u> ) D em 50g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor b/škorki 40g Salata zielona 5g	Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>ME</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% t. 10g 1 szt Ser dity 50g ( <u>ME</u> ) Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>ME</u> ) Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Salata zielona 5g	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) D em 50g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Filet zapiekany drobiowy 50g ( <u>ME</u> ) Pomidor b/škorki 40g Salata zielona 5g	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) D em 50g Serek Fromage 70g ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Mandarynka 1 szt Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Serek homo naturalny 60g ( <u>ME</u> ) Mod (25g) 1 szt Jabtko pieczone 1 szt puree 1 szt Seler z pietruszk gotowany z olejem + puree 40g ( <u>GLUPSZ SEL</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Zacierka na mleku 300ml ( <u>GLUPSZ ME</u> ) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) D em 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor 40g Salata zielona 5g
		II N		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% 5g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 50g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 5g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 5g		Kefir 1,5% t 150g 1 Por ( <u>ME</u> )	Chleb mieszaný pszenno- ytni 50g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 5g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 5g
2026-02-11 ródca	Obiad	urek z ziemniakami + 400g ( <u>SOJ ME GLU YT, md ezawiera : GLUPSZ JAJ SEL GOR</u> ) Makaron spaghetti + 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Sos bolo ski z wieprzowin (dieta) + 200g ( <u>SEL</u> ) Surówka z marchwi i jablka b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400g ( <u>SOJ ME SEL</u> ) Makaron spaghetti + 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Sos bolo ski z wieprzowin (dieta) + 200g ( <u>SEL</u> ) Surówka z marchwi i jablka b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	urek z ziemniakami + 400g ( <u>SOJ ME GLU YT, md ezawiera : GLUPSZ JAJ SEL GOR</u> ) Makaron palnoziarnisty widerki + 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Sos bolo ski z wieprzowin (dieta) + 200g ( <u>SEL</u> ) Surówka z marchwi i jablka b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400g ( <u>SOJ ME SEL</u> ) Makaron spaghetti + 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Sos bolo ski z wieprzowin (dieta) + 200g ( <u>SEL</u> ) Surówka z marchwi i jablka b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400g ( <u>SOJ ME SEL</u> ) Cukinia faszerowana ry emi warzywami + 300g ( <u>SEL</u> ) Surówka z marchwi i jablka b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + mix 400g ( <u>SOJ ME SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200g ( <u>ME</u> ) Sos bolo ski z wieprzowin (dieta) + rozdrobniony 200g ( <u>SEL</u> ) Marchew gotowana + puree 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	urek z ziemniakami + 400g ( <u>SOJ ME GLU YT, md ezawiera : GLUPSZ JAJ SEL GOR</u> ) Makaron spaghetti + 200g ( <u>GLUPSZ</u> ) Sos bolo ski z wieprzowin (dieta) + 200g ( <u>SEL</u> ) Surówka z marchwi i jablka b/c + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt
		PD		Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> )	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>ME</u> )		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt ( <u>ME</u> )	
2026-02-11 ródca	Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z makreli w dzonaj, groszku i cebuli + 60g ( <u>RYB</u> ) Papryka wie a 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Roszponka 5g Szynka z zalewy -w dzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50g Ogórek kiszony 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paprykarz z mintaja z warzywami + 60g ( <u>RYB SOJ SEL</u> ) Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Szynka z zalewy -w dzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50g Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% t. 10g 1 szt Pasta z makreli w dzonaj, groszku i cebuli + 60g ( <u>RYB</u> ) Papryka wie a 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Roszponka 5g Szynka z zalewy -w dzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50g Ogórek kiszony 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paprykarz z mintaja z warzywami + 60g ( <u>RYB SOJ SEL</u> ) Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Szynka z zalewy -w dzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50g Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Ogórek kiszony 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLUPSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z w dlin drobiow i mak pietruszki + 70g ( <u>md ezawiera : ME GOR</u> ) Drynja na parze + puree 40g Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Chleb mieszaný pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ GLU YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z makreli w dzonaj, groszku i cebuli + 60g ( <u>RYB</u> ) Papryka wie a 40g Kakao z mlekiem z/c 250ml ( <u>ME</u> ) Roszponka 5g Szynka z zalewy -w dzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50g Ogórek kiszony 40g
			Warto energetyczna: 2718,32 kcal; Bialko ogólem 111,36g; Tluszc: 96,64g; Kw t. nasy: 32,78g; W glowodany ogólem 361,54g; W tym cukry: 83,52g; Blonnik pok: 27,15g; Sól: 14,29g	Warto energetyczna: 2530,19 kcal; Bialko ogólem 108,52g; Tluszc: 71,57g; Kw t. nasy: 24,86g; W glowodany ogólem 374,80g; W tym cukry: 88,19g; Blonnik pok: 26,20g; Sól: 11,76g	Warto energetyczna: 2743,41 kcal; Bialko ogólem 130,99g; Tluszc: 116,00g; Kw t. nasy: 37,32g; W glowodany ogólem 309,08g; W tym cukry: 111,53g; Blonnik pok: 45,52g; Sól: 15,12g	Warto energetyczna: 2899,67 kcal; Bialko ogólem 127,45g; Tluszc: 85,06g; Kw t. nasy: 31,63g; W glowodany ogólem 422,18g; W tym cukry: 111,53g; Blonnik pok: 27,64g; Sól: 12,56g	Warto energetyczna: 2160,98 kcal; Bialko ogólem 63,56g; Tluszc: 77,57g; Kw t. nasy: 39,03g; W glowodany ogólem 367,87g; W tym cukry: 89,32g; Blonnik pok: 32,48g; Sól: 11,37g	Warto energetyczna: 2433,06 kcal; Bialko ogólem 101,82g; Tluszc: 68,78g; Kw t. nasy: 25,34g; W glowodany ogólem 367,87g; W tym cukry: 97,91g; Blonnik pok: 29,92g; Sól: 11,49g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwostrawna	GD- MW Cukrzycowa / Zgr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
niądanie	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 50g (ME) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (SO) Pomidor bškorki 40g Salata zielona 5g Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 50g (ME) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (SO) Pomidor bškorki 40g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Twaro ek + 50g (ME) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (SO) Ogórek kiszony 40g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z mlekiem b/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 50g (ME) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (SO) Pomidor bškorki 40g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 50g (ME) Pomidła liwkowe 30g Pomidor bškorki 40g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 50g (ME) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (SO) Pasta warzywna + 80g (SEL) Salata zielona 5g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Twaro ek + 50g (ME) Schab Benedykty ski wieprzowy, parzony z dodan wod 50g (SO) Ogórek kiszony 40g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z mlekiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLUJ, CZ) Pasta warzywna + 40g (SEL)	
	II	Marchew/talarki + 50g					Jogurt naturalny 2,5% tl 150g 1 szt (ME)	Marchew/talarki + 50g
Obiad	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + 100g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos pomidorowy + 100g P czek 1 szt (GLUPSZ, JAJ, CZ)	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + 100g Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos pomidorowy + 100g Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, CZ)	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + 100g Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos pomidorowy + 100g Pomara cza 1 szt 1 szt	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + 100g Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos pomidorowy + 100g Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, CZ)	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Mikaron spaghetti + 200g (GLUPSZ) Sos a la bolo ski z zielon soczewic + 200g (SOI, SEL) Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, CZ)	Zupa brokulowa z ziemniakami + MX 400g (SOI, ME, SEL) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + rozdrobniony 100g Sos pomidorowy + 130g Buraki gotowane + puree 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, CZ)	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + 100g Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos pomidorowy + 100g P czek 1 szt (GLUPSZ, JAJ, CZ)	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400g (SOI, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziolami + 100g Buraki gotowane + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos pomidorowy + 100g Babka piaskowa 50g (GLUPSZ, JAJ, CZ)
	PD		Kefir 1,5% tl 150g 1 Por (ME)	Kasza manna z muszem z owoców 200g (GLUPSZ, ME)		Kasza manna z muszem z owoców wrix 200g (GLUPSZ, ME)	Kasza manna z muszem z owoców 200g (GLUPSZ, ME)	
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalków fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (nd ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOI, ME, SEL, GOR) D em 25g 1 szt Salata zielona 5g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor bškorki 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalków fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (nd ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOI, ME, SEL, GOR) D em 25g 1 szt Salata zielona 5g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor bškorki 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszcz do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalków fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (nd ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOI, ME, SEL, GOR) Hummus paprykowy + 50g (SEZ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Mandarynka 1 szt Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalków fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (nd ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOI, ME, SEL, GOR) D em 25g 1 szt Salata zielona 5g Pomidor bškorki 40g Mandarynka 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Ser dty 60g (ME) Hummus paprykowy + 50g (SEZ) Pomidor 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Mandarynka 1 szt Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Pasta z warzywi szynki drobiowej + 60g (SEL, nd ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOI, ME, SEL, GOR) Mód (25g) 1 szt Kalafior gotowany + puree 40g Salata zielona 5 [Por] x 20g Pomidor bškorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Pier delikatna z kurnej polki produkt drobiowy z pol czonych kawalków fileta z kurczaka, parzona woslonce niejadalnej. 50g (nd ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOI, ME, SEL, GOR) Hummus paprykowy + 50g (SEZ) Pomidor 50g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Mandarynka 1 szt Salata zielona 5g	
		Warto energetyczna: 2308,85 kcal; Bialko ogdem 98,78g; Tluszcz: 65,33g; Kw tl. nasy.: 27,11g; W glowodany ogdem 342,13g; W tym cukry: 81,71g; Bionnik pok.: 32,61g; Sól: 14,33g	Warto energetyczna: 2243,09 kcal; Bialko ogdem 100,97g; Tluszcz: 57,95g; Kw tl. nasy.: 21,43g; W glowodany ogdem 338,39g; W tym cukry: 92,99g; Bionnik pok.: 22,82g; Sól: 11,69g	Warto energetyczna: 2094,97 kcal; Bialko ogdem 101,20g; Tluszcz: 51,76g; Kw tl. nasy.: 13,98g; W glowodany ogdem 325,90g; W tym cukry: 77,29g; Bionnik pok.: 50,12g; Sól: 13,69g	Warto energetyczna: 2404,01 kcal; Bialko ogdem 107,91g; Tluszcz: 61,02g; Kw tl. nasy.: 23,08g; W glowodany ogdem 366,18g; W tym cukry: 102,91g; Bionnik pok.: 25,65g; Sól: 11,95g	Warto energetyczna: 2509,00 kcal; Bialko ogdem 83,89g; Tluszcz: 72,86g; Kw tl. nasy.: 25,78g; W glowodany ogdem 395,61g; W tym cukry: 94,88g; Bionnik pok.: 34,98g; Sól: 12,04g	Warto energetyczna: 2548,80 kcal; Bialko ogdem 112,25g; Tluszcz: 69,62g; Kw tl. nasy.: 25,78g; W glowodany ogdem 378,60g; W tym cukry: 86,77g; Bionnik pok.: 26,99g; Sól: 12,22g	Warto energetyczna: 2471,83 kcal; Bialko ogdem 105,81g; Tluszcz: 68,42g; Kw tl. nasy.: 28,76g; W glowodany ogdem 370,37g; W tym cukry: 91,94g; Bionnik pok.: 35,56g; Sól: 14,60g

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria				
2026-02-13 piątek	Obiad	PD	Kolejka	niądanie	Platki kukurydziane na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Serek ziarnisty naturalny 60g (ME) Mód (25g) 2szt Jabłko pieczone 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Papryka wie a 40g Salata zielona 5g	Platki kukurydziane na mleku 300ml (ME) Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Serek ziarnisty naturalny 60g (ME) Mód (25g) 2szt Jabłko pieczone 1szt 1szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Pomidor b/škorki 40g	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt (ME) Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tłuszcz do smarowania 59% t. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 60g (ME) Szyrka Piasłowska- wp., w dzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50g (SOJ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Salata zielona 5g Pomidor 40g	Platki kukurydziane na mleku 300ml (ME) Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Serek ziarnisty naturalny 60g (ME) Mód (25g) 2szt Salata zielona 5g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Pomidor b/škorki 40g	Platki kukurydziane na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Serek ziarnisty naturalny 60g (ME) Mód (25g) 2szt Jabłko 1 szt 1 szt Papryka wie a 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g	Platki kukurydziane na mleku mix 300ml (ME) Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 10g (ME) Serek mielankowy naturalny 60g (ME) Mód (25g) 2szt Marchew gotowana + puree 40g Salata zielona 5g Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Platki kukurydziane na mleku 300ml (ME) Chleb mieszany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 10g (ME) Serek ziarnisty naturalny 60g (ME) Mód (25g) 2szt Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Papryka wie a 40g Salata zielona 5g
				II N	Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Pasta z warzyw szynki drobiowej + 30g (SEL, tto ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 5g (ME) Pasta z warzyw szynki drobiowej + 30g (SEL, tto ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 5g	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (ME)	Chleb mieszany pszenno- ytni 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Masło extra 82% 5g (ME) Pasta z warzyw szynki drobiowej + 30g (SEL, tto ezaniera : GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL, GOR) Salata zielona 5g			
				Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Kolektz miruny 120g + 120g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SOJ) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 130g (ME) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpetz miruny + 2  Por  x 50g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Cukinia gotowana + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpetz miruny + 2  Por  x 50g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 130g (ME) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Pulpetz miruny + 2  Por  x 50g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Cukinia gotowana + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Makaron widerki + 200g (GLUPSZ) Masło serowa do makaronu + 100g (ME) Pra one jabłka + 100g Banan 1szt 1 szt Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + mix 400g (GLUPSZ, SOJ, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Pulpetz miruny + rozdrobniony 2  Por  x 50g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sos koperkowy dieta + 100g (ME) Cukinia gotowana + puree 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa ry owa + 400g (SOJ, ME, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250g Kolektz miruny 120g + 120g (GLUPSZ, JAJ, RYB, SOJ) Surówka z czerwonej kapusty b/c + 130g (ME) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	
				Budy o smaku czekoladowym z/c 200ml (ME)	Budy o smaku czekoladowym z/c 200ml (ME)	Budy o smaku czekoladowym z/c 200ml (ME)	Budy o smaku czekoladowym z/c 200ml (ME)	Budy o smaku czekoladowym z/c 200ml (ME)			
Warto energetyczna: 2351.00kcal; Bialko ogolem 88.70g; Tluszcz: 57.85g; Kw t. nasy.: 23.11g; W glowodany ogolem: 381.85g; W tym cukry: 83.93g; Bionnik pok.: 32.41g; Sól: 12.56g	Warto energetyczna: 2247.85kcal; Bialko ogolem 93.35g; Tluszcz: 52.74g; Kw t. nasy.: 23.64g; W glowodany ogolem: 359.39g; W tym cukry: 66.66g; Bionnik pok.: 23.40g; Sól: 11.16g	Warto energetyczna: 2294.66kcal; Bialko ogolem 116.82g; Tluszcz: 75.83g; Kw t. nasy.: 28.18g; W glowodany ogolem: 308.87g; W tym cukry: 47.57g; Bionnik pok.: 44.76g; Sól: 14.96g	Warto energetyczna: 2630.32kcal; Bialko ogolem 108.27g; Tluszcz: 63.74g; Kw t. nasy.: 29.51g; W glowodany ogolem: 416.00g; W tym cukry: 85.85g; Bionnik pok.: 24.97g; Sól: 12.30g	Warto energetyczna: 2730.09kcal; Bialko ogolem 93.87g; Tluszcz: 70.81g; Kw t. nasy.: 35.43g; W glowodany ogolem: 444.62g; W tym cukry: 118.14g; Bionnik pok.: 30.71g; Sól: 10.48g	Warto energetyczna: 2573.67kcal; Bialko ogolem 103.31g; Tluszcz: 71.29g; Kw t. nasy.: 34.58g; W glowodany ogolem: 392.47g; W tym cukry: 95.92g; Bionnik pok.: 21.97g; Sól: 12.51g	Warto energetyczna: 2772.48kcal; Bialko ogolem 103.29g; Tluszcz: 68.81g; Kw t. nasy.: 28.00g; W glowodany ogolem: 449.30g; W tym cukry: 102.69g; Bionnik pok.: 35.65g; Sól: 14.15g					

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr. nasyconych kw. tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
nielane	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 10g (ME) Parówki "Polarki" wieprzowe, w dzony, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60g (SEL) Ser dty 50g (ME) Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z mkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 10g (ME) Pol dwica Sopotka drobiowo-wieprzowa w dzona parzona 50g (SO) D em 30g Pomidor bśkorki 40g Salata zielona 5g Kawa zbo owa z mkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Parówki "Polarki" wieprzowe, w dzony, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60g (SEL) Ser dty 50g (ME) Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z mkiem b/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 10g (ME) Pol dwica Sopotka drobiowo-wieprzowa w dzona parzona 50g (SO) D em 30g Salata zielona 5g Pomidor bśkorki 40g Kawa zbo owa z mkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 10g (ME) Hummus + 50g (SO) D em 30g Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z mkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 10g (ME) Serek twarogowy homogenizowany + 60g (ME) Pasta z brokula + 40g Buraki gotowane slupki + puree 40g Pasta warzywna + 40g (SEL) Kawa zbo owa z mkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Salata zielona 5g	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 10g (ME) Parówki "Polarki" wieprzowe, w dzony, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60g (SEL) Ser dty 50g (ME) Ogórek kiszony 40g Kawa zbo owa z mkiem z/c 250ml (ME, GLU, YT, GLU, CZ) Salata zielona 5g Pasta warzywna + 40g (SEL)	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 5g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Salata zielona 5g
	II N		Chleb razowy ytnio-pszenny 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszc do smarowania 59% 5g Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Salata zielona 5g	Bulka pszenna dluga krojona 50g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 5g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Salata zielona 5g		Jabtko pieczone 1szt rozdrobnione 1 szt	Chleb miesany pszenno- ytni 50g (GLU, PSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 5g (ME) Szynkowa d bowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50g Salata zielona 5g	
2026-02-14 sobota Obiad	Zupa selerowa z makaronem + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Kasza gryczana cienna + 200g Klopsik z kurczaka + 2 Por  x 50g (GLU, PSZ, JAU) Sos cyga ski + 100g Surówka z marchwi, jablka, selera, papryki b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa selerowa z makaronem + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLU, J CZ) Klopsik z kurczaka + 2 Por  x 50g (GLU, PSZ, JAU) Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Bukiet warzyw gotowanych + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa selerowa z makaronem + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Kasza gryczana cienna + 200g Klopsik z kurczaka + 2 Por  x 50g (GLU, PSZ, JAU) Sos cyga ski + 100g Surówka z marchwi, jablka, selera, papryki b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa selerowa z makaronem + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Kasza j czmienna + 200g (GLU, J CZ) Klopsik z kurczaka + 2 Por  x 50g (GLU, PSZ, JAU) Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Bukiet warzyw gotowanych + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa selerowa z makaronem + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Kaszoito wegetaria skie z tofu i warzywami + 350g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL, GLU, J CZ) Surówka z marchwi, jablka, selera, papryki b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa selerowa z makaronem + MX 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200g (ME) Klopsik z kurczaka + rozdrobniony 2 Por  x 50g (GLUPSZ, JAU) Sos jarzynowy dieta + 100g (ME) Bukiet warzyw gotowanych + puree 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa selerowa z makaronem + 400g (GLUPSZ, SOI, ME, SEL) Kasza gryczana cienna + 200g Klopsik z kurczaka + 2 Por  x 50g (GLU, PSZ, JAU) Sos cyga ski + 100g Surówka z marchwi, jablka, selera, papryki b/c + 130g (SEL) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	
PD			Kefir 1,5% t 150g 1 Por (ME)	Galaretki jogurtowa o smaku pomara czowym 200g (ME)		Kefir 1,5% t 150g 1 Por (ME)	Galaretki jogurtowa o smaku pomara czowym 200g (ME)	
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 10g (ME) Schab Szlachecki wieprzowy, w dzony, parzony z dodan wod 50g (SO) Pasta z twarogowa z pieczon papryk + 60g (ME, GOR, SO) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Banan 1szt 1 szt Rzodkiewbiala 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 10g (ME) Schab Szlachecki wieprzowy, w dzony, parzony z dodan wod 50g (SO) Pasta z twarogowa z pieczon papryk + 60g (ME) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Banan 1szt 1 szt Pomidor bśkorki 40g	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g (GLU, PSZ, GLU, YT) Tluszc do smarowania 59% tl. 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, w dzony, parzony z dodan wod 50g (SO) Pasta z twarogowa z pieczon papryk + 60g (ME, GOR, SO) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Rzodkiewbiala 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 10g (ME) Schab Szlachecki wieprzowy, w dzony, parzony z dodan wod 50g (SO) Pasta z twarogowa z pieczon papryk + 60g (ME) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Banan 1szt 1 szt Pomidor bśkorki 40g	Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogowa z pieczon papryk + 60g (ME, GOR, SO) Ser dty 50g (ME) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Banan 1szt 1 szt Rzodkiewbiala 40g	Bulka pszenna dluga krojona 130g (GLU, PSZ) Mślo extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogu z koperkiem + 70g (ME) Szninak gotowany z olejem + puree 80g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Banan 1szt 1 szt Salata zielona 5g	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g (GLU, PSZ, GLU, YT) Chleb miesany pszenno- ytni 100g (GLUPSZ, GLU, YT) Mślo extra 82% 10g (ME) Pasta z twarogowa z pieczon papryk + 60g (ME, GOR, SO) Schab Szlachecki wieprzowy, w dzony, parzony z dodan wod 50g (SO) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Banan 1szt 1 szt Rzodkiewbiala 40g	
	Warto energetyczna: 2635,45 kcal; Bialko ogolem: 103,66g; Tluszc: 93,20g; Kw tl. nasy.: 30,65g; W glowodany ogolem: 361,03g; W tym cukry: 86,03g; Blonnik pok.: 36,50g; Sod: 15,85g	Warto energetyczna: 2307,52 kcal; Bialko ogolem: 92,42g; Tluszc: 55,06g; Kw tl. nasy.: 21,47g; W glowodany ogolem: 374,68g; W tym cukry: 95,95g; Blonnik pok.: 28,90g; Sod: 12,32g	Warto energetyczna: 2468,29 kcal; Bialko ogolem: 108,49g; Tluszc: 94,51g; Kw tl. nasy.: 24,26g; W glowodany ogolem: 317,25g; W tym cukry: 38,74g; Blonnik pok.: 47,59g; Sod: 15,65g	Warto energetyczna: 2656,34 kcal; Bialko ogolem: 102,84g; Tluszc: 61,61g; Kw tl. nasy.: 25,41g; W glowodany ogolem: 436,62g; W tym cukry: 96,65g; Blonnik pok.: 29,89g; Sod: 12,86g	Warto energetyczna: 2509,39 kcal; Bialko ogolem: 71,81g; Tluszc: 93,65g; Kw tl. nasy.: 34,58g; W glowodany ogolem: 353,29g; W tym cukry: 100,63g; Blonnik pok.: 44,14g; Sod: 13,18g	Warto energetyczna: 2322,90 kcal; Bialko ogolem: 112,68g; Tluszc: 61,87g; Kw tl. nasy.: 22,95g; W glowodany ogolem: 363,76g; W tym cukry: 109,00g; Blonnik pok.: 32,16g; Sod: 11,57g	Warto energetyczna: 2974,26 kcal; Bialko ogolem: 112,68g; Tluszc: 99,65g; Kw tl. nasy.: 34,61g; W glowodany ogolem: 422,27g; W tym cukry: 86,13g; Blonnik pok.: 38,24g; Sod: 16,71g	

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr.nasyconych kwitluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetaria ska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
niadanie	Chleb miesany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paszet/wieprzowy z warzywami dieta + 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL</u> ) Twaro ek z nalk pietruszki + 50g ( <u>ME</u> ) Pomidor b/škorki 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paszet/wieprzowy z warzywami dieta + 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL</u> ) Twaro ek z nalk pietruszki + 50g ( <u>ME</u> ) Pomidor b/škorki 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% t 10g 1 szt Paszet/wieprzowy z warzywami dieta + 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Pomidor 40g Ser w dzony 50g ( <u>ME</u> ) Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paszet/wieprzowy z warzywami dieta + 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Pomidor b/škorki 40g Twaro ek z nalk pietruszki + 50g ( <u>ME</u> ) Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb miesany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paszet/sjojowy z pomidorami 60g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Ser w dzony 50g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Pomidor 40g Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z w din drobiow i nalk pietruszki + 70g ( <u>ME, ezaneta : ME, GOR</u> ) Salata zielona 5g Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Jabko pieczone 1szt puree 1 szt Twaro ek z nalk pietruszki + 50g ( <u>ME</u> ) Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb miesany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Paszet/wieprzowy z warzywami dieta + 50g ( <u>GLUPSZ, JAJ, SOJ, ME, SEL</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt ( <u>ME</u> ) Pomidor 40g Ser w dzony 50g ( <u>ME</u> ) Pasta z pieczonych warzyw/dieta + 40g ( <u>SEL</u> )
	II		Jabko 1 szt 1 szt	Budy o smaku mielankowym z/c 200 ml ( <u>ME</u> )		Budy o smaku mielankowym z/c 200 ml ( <u>ME</u> )	Jabko 1 szt 1 szt
Obiad	Zupa krem z zielonych warzyw + 400g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Slonecznik ziarna pra one + 10g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Surówka Coleslaw+ 130g ( <u>JAJ, ME, GOR, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Zupa krem z zielonych warzyw + 400g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Slonecznik ziarna pra one + 10g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Buraki tarte na cieplo + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Zupa krem z zielonych warzyw + 400g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Slonecznik ziarna pra one + 10g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Surówka Coleslaw+ 130g ( <u>JAJ, ME, GOR, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Zupa krem z zielonych warzyw + 400g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200g Schab gotowany + 100g Buraki tarte na cieplo + 150g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Slonecznik ziarna pra one + 10g Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Zupa krem z zielonych warzyw + 400g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Slonecznik ziarna pra one + 10g Nale niki z pieczarkami + 300g ( <u>GLU, PSZ, JAJ, SOJ, ME, ME, ezaneta : SOJ, SEL, GOR</u> ) Surówka Coleslaw+ 130g ( <u>JAJ, ME, GOR, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt	Zupa krem z zielonych warzyw + mix 400 g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki gotowane puree 200g ( <u>ME</u> ) Schab gotowany + rozdrobniony 100g Buraki tarte na cieplo + 130g Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )	Zupa krem z zielonych warzyw + 400g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Slonecznik ziarna pra one + 10g Ziemniaki z koperkiem gotowane 250g Schab gotowany + 100g Surówka Coleslaw+ 130g ( <u>JAJ, ME, GOR, SOJ</u> ) Woda mineralna n/g Q5 1 szt Sos koperkowy dieta + 100g ( <u>ME</u> )
	PD		Sok pomidorowy, kubek Q2 1 szt	Biszkopyt b/m 30g ( <u>GLUPSZ, JAJ</u> )		Biszkopyt b/m 30g ( <u>GLUPSZ, JAJ</u> )	
Kolacja	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Chleb miesany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z dederzycy z warzywami + 50g ( <u>SEL</u> ) Filet zapiekany drobiowy 30g ( <u>ME</u> ) Papryka wie a 40g Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Filet zapiekany drobiowy 30g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb razowy ytnio-pszenny 130g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Tluszc do smarowania 59% t 10g 1 szt Pasta z dederzycy z warzywami + 50g ( <u>SEL</u> ) Papryka wie a 40g Filet zapiekany drobiowy 30g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Herbata czarna ekspresowa b/c 250ml Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Salata zielona 5g Filet zapiekany drobiowy 30g ( <u>ME</u> ) Pomidor b/škorki 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Chleb miesany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z dederzycy z warzywami + 50g ( <u>SEL</u> ) Serek homo. naturalny 50g ( <u>ME</u> ) Papryka wie a 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Salata zielona 5g Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )	Bulka pszenna dluga krojona 130g ( <u>GLU, PSZ</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z jaj z koperkiem dieta + 70g ( <u>JAJ, ME</u> ) Salata zielona 5g Seler gotowany + 80g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml	Chleb razowy ytnio-pszenny 30g ( <u>GLU, PSZ, GLU, YT</u> ) Chleb miesany pszenno- ytni 100g ( <u>GLUPSZ, GLU, YT</u> ) Maslo extra 82% 10g ( <u>ME</u> ) Pasta z dederzycy z warzywami + 50g ( <u>SEL</u> ) Papryka wie a 40g Herbata czarna ekspresowa z/c 250ml Filet zapiekany drobiowy 30g ( <u>ME</u> ) Salata zielona 5g Seler gotowany + 40g ( <u>SEL</u> )
		Warto energetyczna: 2266,26 kcal; Bialko ogolem 107,49g; Tluszc: 80,76g; Kw t. nasy.: 25,11g; W glowodany ogolem 281,68g; W tym cukry: 63,69g; Bionnik pok.: 34,57g; Sod: 12,19g	Warto energetyczna: 2152,92 kcal; Bialko ogolem 113,82g; Tluszc: 71,48g; Kw t. nasy.: 27,42g; W glowodany ogolem 275,94g; W tym cukry: 46,42g; Bionnik pok.: 24,51g; Sod: 10,40g	Warto energetyczna: 2181,02 kcal; Bialko ogolem 110,15g; Tluszc: 78,46g; Kw t. nasy.: 17,18g; W glowodany ogolem 268,88g; W tym cukry: 41,71g; Bionnik pok.: 47,32g; Sod: 13,34g	Warto energetyczna: 2490,46 kcal; Bialko ogolem 123,27g; Tluszc: 78,58g; Kw t. nasy.: 29,87g; W glowodany ogolem 334,91g; W tym cukry: 73,13g; Bionnik pok.: 24,98g; Sod: 10,77g	Warto energetyczna: 2385,78 kcal; Bialko ogolem 100,54g; Tluszc: 97,56g; Kw t. nasy.: 20,46g; W glowodany ogolem 286,39g; W tym cukry: 64,31g; Bionnik pok.: 36,53g; Sod: 13,22g	Warto energetyczna: 2461,15 kcal; Bialko ogolem 115,95g; Tluszc: 73,19g; Kw t. nasy.: 25,70g; W glowodany ogolem 346,39g; W tym cukry: 85,25g; Bionnik pok.: 27,47g; Sod: 11,77g

## **Oznaczenia alergenów**

GLU PSZ - Zbo a zawieraj ce gluten pszeny,  
SKO - Skorupiaki i pochodne,  
JAJ - Jaja i pochodne,  
RYB - Ryby i pochodne,  
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,  
SOJ - Soja i pochodne,  
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktoz ,  
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,  
SEL - Seler i pochodne,  
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,  
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,  
S02 - Dwutlenek siarki / siarczyny,  
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,  
MCK - Mi czaki i pochodne,  
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,  
GLU YT - Zbo a zawierajace gluten ytni,  
GLU OW - Zbo a zawieraj ce gluten owsiany,  
GLU J CZ - Zbo a zawieraj ce gluten j czmienny,

## **Oznaczenia wska ników**

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