

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-06 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Salata lodowa 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 60 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i wędliny drob - wp z natką pietruszki + 70 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)
	II ŚN			Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 150 ml (_ <u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Krokiety ziemniaczane z mozzarella pieczone + 3 [Por] x 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Schab pieczony cały + 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Leczo wegetariańskie z tofu 200 g (<u>SOJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + mix 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Schab pieczony cały + rozdrobniony 100 g Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plastry + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 300 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Krokiety ziemniaczane z mozzarella pieczone + 3 [Por] x 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z selera i marchwi (z olejem) b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u>)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 40 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 40 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 40 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Salata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 40 g Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Salata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Salatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 80 g Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g
		Wartość energetyczna: 2811.87 kcal; Białko ogółem: 101.16 g; Tłuszcz: 82.14 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 443.50 g; W tym cukry: 78.12 g; Błonnik pok.: 37.60 g; Sól: 13.54 g;	Wartość energetyczna: 2213.09 kcal; Białko ogółem: 107.55 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.12 g; Węglowodany ogółem: 320.09 g; W tym cukry: 71.59 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 11.16 g;	Wartość energetyczna: 2160.94 kcal; Białko ogółem: 117.88 g; Tłuszcz: 75.20 g; Kw. tł. nasy.: 25.29 g; Węglowodany ogółem: 300.51 g; W tym cukry: 25.54 g; Błonnik pok.: 45.25 g; Sól: 14.01 g;	Wartość energetyczna: 2355.19 kcal; Białko ogółem: 113.55 g; Tłuszcz: 66.42 g; Kw. tł. nasy.: 25.67 g; Węglowodany ogółem: 341.10 g; W tym cukry: 81.57 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 11.33 g;	Wartość energetyczna: 2115.07 kcal; Białko ogółem: 75.02 g; Tłuszcz: 74.66 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 53.08 g; Błonnik pok.: 34.96 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 2320.49 kcal; Białko ogółem: 113.02 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 475.67 g; W tym cukry: 74.16 g; Błonnik pok.: 30.50 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 3006.77 kcal; Białko ogółem: 103.80 g; Tłuszcz: 88.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.40 g; Węglowodany ogółem: 475.67 g; W tym cukry: 88.10 g; Błonnik pok.: 38.11 g; Sól: 14.23 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-07 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Arbuz 150 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Arbuz 150 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszennego pakowany w atmosferze oc 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 100 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g
	II SN			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku z dżemem 200 g (<u>MLE</u>)		Ryż na mleku mix 200 ml (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku z dżemem 200 g (<u>MLE</u>)
	Obiad		Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos brokułowy-dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos brokułowy-dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Mizeria + 130 g (<u>MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos brokułowy-dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z kalafiora i jaj + 3 [Por] x 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + MIX 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Pulpet z kurczaka na parze + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos brokułowy-dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Pulpet z kurczaka na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos brokułowy-dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>) Sałata lodowa 5 g	Jabłko pieczone 1szt. 1 szt		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SOJ</u>) Sałata lodowa 5 g
	Kolejka		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Marchew talarki gotowane + puree 80 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2077.96 kcal; Białko ogółem: 85.00 g; Tłuszcz: 60.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.70 g; Węglowodany ogółem: 322.31 g; W tym cukry: 70.76 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 12.60 g;	Wartość energetyczna: 2150.84 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 20.41 g; Węglowodany ogółem: 321.86 g; W tym cukry: 80.46 g; Błonnik pok.: 19.83 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2062.20 kcal; Białko ogółem: 101.60 g; Tłuszcz: 62.75 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 321.76 g; W tym cukry: 53.55 g; Błonnik pok.: 41.13 g; Sól: 12.60 g;	Wartość energetyczna: 2452.87 kcal; Białko ogółem: 109.56 g; Tłuszcz: 65.05 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 372.42 g; W tym cukry: 98.90 g; Błonnik pok.: 21.80 g; Sól: 10.89 g;	Wartość energetyczna: 2372.62 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 360.83 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 37.68 g; Sól: 12.77 g;	Wartość energetyczna: 2317.28 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 62.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.33 g; Węglowodany ogółem: 355.79 g; W tym cukry: 95.39 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2514.63 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 71.10 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 399.02 g; W tym cukry: 77.32 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sól: 14.20 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-08 środa	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z natką pietruszki + 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Zacierka na mleku mix 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Pomidor b/skórki rozdrobniony 40 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 30 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g
	Obiad	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 130 g	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Racuchy z mozzarellą + 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + MIX 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + rozdrobniona 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Seler gotowany + 130 g (<u>SEL</u>)	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c + 130 g
	PD			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	
	Kolacja	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Słupki z marchewki + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 40 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Słupki z marchewki + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki rozdrobniony 80 g	Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g
		Wartość energetyczna: 2058.50 kcal; Białko ogółem: 100.19 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 25.35 g; Węglowodany ogółem: 279.03 g; W tym cukry: 48.57 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 12.08 g;	Wartość energetyczna: 2394.75 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 68.15 g; Kw. tł. nasy.: 25.30 g; Węglowodany ogółem: 349.45 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sól: 11.05 g;	Wartość energetyczna: 2305.62 kcal; Białko ogółem: 117.72 g; Tłuszcz: 83.26 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; W tym cukry: 32.54 g; Błonnik pok.: 47.61 g; Sól: 13.66 g;	Wartość energetyczna: 2856.01 kcal; Białko ogółem: 135.74 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 405.73 g; W tym cukry: 95.89 g; Błonnik pok.: 25.33 g; Sól: 13.44 g;	Wartość energetyczna: 2845.15 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 113.87 g; Kw. tł. nasy.: 47.44 g; Węglowodany ogółem: 371.18 g; W tym cukry: 98.00 g; Błonnik pok.: 27.90 g; Sól: 13.20 g;	Wartość energetyczna: 2590.87 kcal; Białko ogółem: 124.42 g; Tłuszcz: 70.28 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 382.82 g; W tym cukry: 87.26 g; Błonnik pok.: 28.25 g; Sól: 11.09 g;	Wartość energetyczna: 2509.96 kcal; Białko ogółem: 118.41 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 36.89 g; Węglowodany ogółem: 336.04 g; W tym cukry: 66.46 g; Błonnik pok.: 27.51 g; Sól: 13.78 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-09 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Rzodkiew biała 40 g Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dynia na parze + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dynia na parze + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Hummus + 100 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dynia na parze + puree 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 50 g Rzodkiew biała 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Dynia na parze + 40 g
	II ŚN			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Serek homogenizowany waniliowy 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka pieczona w plastrach + 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)				Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron świderki + 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos szpinakowy z serem żółtym + 150 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + mix 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 300 g (<u>MLE.</u>) Szynka pieczona w plastrach + rozdrobniona 100 g Marchew gotowana + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szynka pieczona w plastrach + 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE.</u>)
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)		Galaretka jogurtowa smaku cytrynowym 200 g (<u>MLE.</u>)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE.</u>) Dżem 50 g Jabłko pieczone puree 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g
		Wartość energetyczna: 2115.22 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 58.46 g; Kw. tł. nasy.: 21.83 g; Węglowodany ogółem: 326.16 g; W tym cukry: 84.19 g; Błonnik pok.: 34.86 g; Sól: 13.23 g;	Wartość energetyczna: 2179.50 kcal; Białko ogółem: 102.92 g; Tłuszcz: 58.70 g; Kw. tł. nasy.: 21.74 g; Węglowodany ogółem: 324.72 g; W tym cukry: 86.31 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sól: 11.80 g;	Wartość energetyczna: 2273.51 kcal; Białko ogółem: 129.13 g; Tłuszcz: 70.56 g; Kw. tł. nasy.: 17.34 g; Węglowodany ogółem: 327.30 g; W tym cukry: 54.57 g; Błonnik pok.: 48.96 g; Sól: 13.39 g;	Wartość energetyczna: 2380.83 kcal; Białko ogółem: 132.22 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 25.64 g; Węglowodany ogółem: 320.56 g; W tym cukry: 69.67 g; Błonnik pok.: 26.38 g; Sól: 12.23 g;	Wartość energetyczna: 2210.02 kcal; Białko ogółem: 65.97 g; Tłuszcz: 62.26 g; Kw. tł. nasy.: 21.56 g; Węglowodany ogółem: 372.41 g; W tym cukry: 79.39 g; Błonnik pok.: 36.92 g; Sól: 11.17 g;	Wartość energetyczna: 2551.90 kcal; Białko ogółem: 128.65 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 385.89 g; W tym cukry: 92.65 g; Błonnik pok.: 29.06 g; Sól: 9.23 g;	Wartość energetyczna: 2489.85 kcal; Białko ogółem: 119.70 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 379.03 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 34.75 g; Sól: 13.49 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-07-06 do dnia 2026-07-19 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-10 piątek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Banan 1szt. 1 szt Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 80 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata lodowa 5 g	Ryż na mleku mix 300 ml (MLE) Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Miód (25g) 1 szt Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ryż na mleku 300 ml (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata lodowa 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Sałata lodowa 5 g		Chrupki kukurydziane 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pomidor 40 g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE)	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarką, papryką kolorową, ogórkiem konserwowym i kukurydzą + 300 g (JAJ, MLE, GOR) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + mix 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Pulpet z morszczuka na parze + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Sałata lodowa 5 g	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE)		Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE)	Serek homogenizowany o smaku waniliowym 140g 1 szt (MLE)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Ser wędzony 50 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 70 g (MLE) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 100 g (MLE) Buraki gotowane słupki + puree 40 g Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + puree 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 40 g
		Wartość energetyczna: 2196.43 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 53.69 g; Kw. tł. nasy.: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 358.39 g; W tym cukry: 87.48 g; Błonnik pok.: 33.83 g; Sól: 12.59 g;	Wartość energetyczna: 2331.37 kcal; Białko ogółem: 107.68 g; Tłuszcz: 62.27 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 348.09 g; W tym cukry: 91.76 g; Błonnik pok.: 24.90 g; Sól: 11.74 g;	Wartość energetyczna: 2122.02 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 56.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.89 g; Węglowodany ogółem: 350.16 g; W tym cukry: 44.49 g; Błonnik pok.: 52.05 g; Sól: 13.50 g;	Wartość energetyczna: 2674.09 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 398.40 g; W tym cukry: 109.40 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 13.08 g;	Wartość energetyczna: 2416.60 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 82.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 352.24 g; W tym cukry: 108.31 g; Błonnik pok.: 32.98 g; Sól: 12.18 g;	Wartość energetyczna: 2555.61 kcal; Białko ogółem: 108.70 g; Tłuszcz: 69.02 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 420.61 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 29.01 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 2580.73 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 63.33 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 420.61 g; W tym cukry: 106.18 g; Błonnik pok.: 36.93 g; Sól: 14.40 g;

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Plastry ogórka świeżego + 70 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Plastry ogórka świeżego + 70 g Pasta warzywna + 30 g (<u>SEL</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 100 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Plastry ogórka świeżego + 70 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Sałata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 60 g (<u>MLE</u>) Plastry ogórka świeżego + 70 g Twarożek brzoskwinowy (dieta) + 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g
II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Sałata lodowa 5 g		Biszkopty b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Sałata lodowa 5 g
2026-07-11 sobota Obiad	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany pieczony + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kalafior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kalafior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Kalafior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kalafior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Papryka faszerowana ryżem i warzywami + 300 g (<u>SEL</u>) Kalafior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + MIX 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Pulpet wieprzowy na parze + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana plastry + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet schabowy panierowany pieczony + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kalafior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
PD			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 50 g (<u>SEL</u>) Marchew gotowana plastry + puree 40 g Kalafior gotowany + 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g
	Wartość energetyczna: 2018.55 kcal; Białko ogółem: 105.81 g; Tłuszcz: 52.02 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 318.24 g; W tym cukry: 73.05 g; Błonnik pok.: 31.81 g; Sól: 11.64 g;	Wartość energetyczna: 2081.86 kcal; Białko ogółem: 104.66 g; Tłuszcz: 62.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 297.32 g; W tym cukry: 53.66 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sól: 10.20 g;	Wartość energetyczna: 2086.10 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 69.78 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 319.59 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 47.69 g; Sól: 12.57 g;	Wartość energetyczna: 2502.67 kcal; Białko ogółem: 137.39 g; Tłuszcz: 77.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 338.22 g; W tym cukry: 58.29 g; Błonnik pok.: 25.07 g; Sól: 11.29 g;	Wartość energetyczna: 1768.58 kcal; Białko ogółem: 68.15 g; Tłuszcz: 45.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.53 g; Węglowodany ogółem: 300.54 g; W tym cukry: 59.30 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sól: 10.36 g;	Wartość energetyczna: 2556.46 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 70.47 g; Kw. tł. nasy.: 26.95 g; Węglowodany ogółem: 409.03 g; W tym cukry: 109.58 g; Błonnik pok.: 30.67 g; Sól: 10.08 g;	Wartość energetyczna: 2284.13 kcal; Białko ogółem: 117.64 g; Tłuszcz: 61.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.78 g; Węglowodany ogółem: 354.06 g; W tym cukry: 78.07 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 13.09 g;

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-07-12 niedziela	Śniadanie	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Pomidor 40 g Dżem 50 g Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Dżem 50 g Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 40 g Pasta warzywna + 30 g (<u>SEL</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek ziarnisty naturalny 100 g (<u>MLE</u>) Piersz delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	Zacierka na mleku mix 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 50 g (<u>SEL</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Pomidor 40 g Dżem 50 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Sałata lodowa 5 g		Biskvity b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 25 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynka od Zduna-wędzonka wieprzowa, szynka wędzona, parzona 30 g Sałata lodowa 5 g	
	Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Placuszki z cukini 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Puree ziemniaczane + 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Marchew gotowana plastry + puree 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pieczarkowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ</u>) Zrazik wieprzowy pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy + 100 g Surówka z selera i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Serek homo. naturalny 150 g (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata lodowa 5 g Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata lodowa 5 g Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży słupki + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew gotowana plastry + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Marchew gotowana plastry + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 70 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 50 g (<u>SEL</u>) Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ</u>) Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g	
	Wartość energetyczna: 2517.85 kcal; Białko ogółem: 88.69 g; Tłuszcz: 80.64 g; Kw. tł. nasy.: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 387.39 g; W tym cukry: 86.08 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sól: 12.19 g;	Wartość energetyczna: 2449.20 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 66.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.93 g; Węglowodany ogółem: 379.02 g; W tym cukry: 91.69 g; Błonnik pok.: 28.30 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2262.24 kcal; Białko ogółem: 98.82 g; Tłuszcz: 73.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 350.56 g; W tym cukry: 42.62 g; Błonnik pok.: 49.17 g; Sól: 12.29 g;	Wartość energetyczna: 2803.83 kcal; Białko ogółem: 144.33 g; Tłuszcz: 81.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.96 g; Węglowodany ogółem: 390.21 g; W tym cukry: 73.25 g; Błonnik pok.: 28.44 g; Sól: 12.41 g;	Wartość energetyczna: 2380.09 kcal; Białko ogółem: 75.03 g; Tłuszcz: 89.97 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 344.32 g; W tym cukry: 94.73 g; Błonnik pok.: 32.54 g; Sól: 11.42 g;	Wartość energetyczna: 2585.44 kcal; Białko ogółem: 83.21 g; Tłuszcz: 79.33 g; Kw. tł. nasy.: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 400.63 g; W tym cukry: 107.20 g; Błonnik pok.: 27.48 g; Sól: 10.17 g;	Wartość energetyczna: 2721.01 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 89.04 g; Kw. tł. nasy.: 28.63 g; Węglowodany ogółem: 407.24 g; W tym cukry: 90.29 g; Błonnik pok.: 36.37 g; Sól: 13.17 g;	

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tluszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Pomidor 40 g Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata lodowa 5 g Dyńa na parze + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 5 g Słupki rzodkwi białej + 40 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Dyńa na parze + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Ser mozzarella 50 g (<u>MLE</u>), Dżem 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Słupki rzodkwi białej + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>), Dyńa na parze + puree 80 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet wieprzowy z warzywami dieta + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Sałata lodowa 5 g Słupki rzodkwi białej + 40 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata lodowa 5 g		Galaretki o smaku truskawkowym 200 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>), Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata lodowa 5 g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Filet z kurczaka pieczony w ziołach + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>), Surówka z białej kapusty z koperkiem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt Prażone jabłka + 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + mix 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>), Filet z kurczaka pieczony w ziołach + rozdrobniony 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>), Marchew talarki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Prażone jabłka + 100 g Dip jogurtowo-śmietankowy o smaku waniliowym dieta + 100 g (<u>MLE</u>), Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>),	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>),		Budyń o smaku czekoladowym z/c mix 200 ml (<u>MLE</u>),	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>),
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>), Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>), Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>), Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor b/skórki 40 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>), Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Pasta z fasoli z cebulką + 60 g Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>), Ogórek kiszony 40 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>), Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 100 g (<u>MLE</u>), Sałata lodowa 5 g Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL</u>), Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>), Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>), Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ</u>), Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>), Ogórek kiszony 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2121.68 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 346.90 g; W tym cukry: 80.37 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 11.91 g;	Wartość energetyczna: 2248.42 kcal; Białko ogółem: 83.66 g; Tłuszcz: 60.02 g; Kw. tł. nasy.: 24.35 g; Węglowodany ogółem: 358.71 g; W tym cukry: 88.35 g; Błonnik pok.: 20.81 g; Sól: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2278.96 kcal; Białko ogółem: 120.00 g; Tłuszcz: 78.01 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 318.88 g; W tym cukry: 39.36 g; Błonnik pok.: 47.47 g; Sól: 14.20 g;	Wartość energetyczna: 2504.60 kcal; Białko ogółem: 97.27 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 393.67 g; W tym cukry: 93.16 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sól: 9.62 g;	Wartość energetyczna: 2341.69 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz: 69.11 g; Kw. tł. nasy.: 28.05 g; Węglowodany ogółem: 388.13 g; W tym cukry: 100.19 g; Błonnik pok.: 34.15 g; Sól: 10.91 g;	Wartość energetyczna: 2412.03 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 63.24 g; Kw. tł. nasy.: 24.14 g; Węglowodany ogółem: 360.57 g; W tym cukry: 77.66 g; Błonnik pok.: 26.73 g; Sól: 8.32 g;	Wartość energetyczna: 2489.86 kcal; Białko ogółem: 90.21 g; Tłuszcz: 69.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 403.18 g; W tym cukry: 98.28 g; Błonnik pok.: 29.26 g; Sól: 13.75 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 10 g Marchew gotowana plastry + 40 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Marchew gotowana plastry + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 10 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 10 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Marchew gotowana plastry + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Marchew gotowana plastry + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pasta warzywna + 50 g (<u>SEL</u>) Marchew gotowana plastry + puree 40 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Marchew gotowana plastry + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik wieprzowy pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz warzywny z ciecieryczą + 200 g (<u>SEL</u>) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + MIX 400 g (<u>MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Klopsik wieprzowy pieczony + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Klopsik wieprzowy pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Ogórek kiszony z cebulką + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 10 g Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g		Kasza manna z syropem o smaku malinowym mix 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Serek śmietankowy naturalny 30 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Buraki gotowane słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Buraki gotowane słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Buraki gotowane słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Buraki gotowane słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Banan 1szt. 1 szt Buraki gotowane słupki + puree 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Buraki gotowane słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2214.88 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 80.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 302.67 g; W tym cukry: 59.01 g; Błonnik pok.: 27.28 g; Sól: 15.28 g;	Wartość energetyczna: 2159.38 kcal; Białko ogółem: 100.88 g; Tłuszcz: 66.58 g; Kw. tł. nasy.: 28.66 g; Węglowodany ogółem: 305.91 g; W tym cukry: 63.80 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sól: 11.56 g;	Wartość energetyczna: 2401.81 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 95.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.96 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 41.86 g; Sól: 15.38 g;	Wartość energetyczna: 2531.88 kcal; Białko ogółem: 115.37 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 354.81 g; W tym cukry: 88.05 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sól: 12.40 g;	Wartość energetyczna: 2001.57 kcal; Białko ogółem: 66.18 g; Tłuszcz: 55.06 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 339.70 g; W tym cukry: 82.83 g; Błonnik pok.: 37.05 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2620.14 kcal; Białko ogółem: 98.24 g; Tłuszcz: 68.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 425.93 g; W tym cukry: 150.72 g; Błonnik pok.: 30.76 g; Sól: 8.96 g;	Wartość energetyczna: 2620.70 kcal; Białko ogółem: 109.09 g; Tłuszcz: 95.48 g; Kw. tł. nasy.: 42.06 g; Węglowodany ogółem: 361.71 g; W tym cukry: 83.10 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sól: 16.57 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-15 środa	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE, GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Rzodkiew biała 40 g Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku MIX 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z brokuła + 40 g Sałata lodowa 5 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Surówka z selera z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt					Krupnik jęczmienny + MIX 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g Dynam na parze + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Surówka z selera z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>)		Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 150 g (<u>MLE.</u>)	Galaretka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE.</u>)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 60 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Dynam na parze + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 60 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Dynam na parze + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek wiejski ziarnisty 60 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Plastry ogórka świeżego + 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 60 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Dynam na parze + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 40 g Plastry ogórka świeżego + 40 g Dynam na parze + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 100 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Marchew gotowana plastry + puree 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek wiejski ziarnisty 60 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Sałata lodowa 5 g Dynam na parze + 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2247.27 kcal; Białko ogółem: 104.08 g; Tłuszcz: 66.78 g; Kw. tł. nasy.: 24.59 g; Węglowodany ogółem: 334.63 g; W tym cukry: 74.07 g; Błonnik pok.: 34.66 g; Sól: 13.60 g;	Wartość energetyczna: 2313.37 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.51 g; Węglowodany ogółem: 333.63 g; W tym cukry: 76.72 g; Błonnik pok.: 26.88 g; Sól: 12.02 g;	Wartość energetyczna: 2055.31 kcal; Białko ogółem: 109.84 g; Tłuszcz: 64.32 g; Kw. tł. nasy.: 17.61 g; Węglowodany ogółem: 307.37 g; W tym cukry: 30.78 g; Błonnik pok.: 46.55 g; Sól: 13.88 g;	Wartość energetyczna: 2691.28 kcal; Białko ogółem: 127.13 g; Tłuszcz: 74.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 396.69 g; W tym cukry: 77.58 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sól: 13.38 g;	Wartość energetyczna: 2720.08 kcal; Białko ogółem: 92.20 g; Tłuszcz: 108.22 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 370.22 g; W tym cukry: 88.47 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 12.24 g;	Wartość energetyczna: 2561.93 kcal; Białko ogółem: 109.16 g; Tłuszcz: 78.62 g; Kw. tł. nasy.: 29.44 g; Węglowodany ogółem: 376.27 g; W tym cukry: 86.71 g; Błonnik pok.: 29.10 g; Sól: 11.00 g;	Wartość energetyczna: 2732.47 kcal; Białko ogółem: 125.97 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 409.46 g; W tym cukry: 85.64 g; Błonnik pok.: 36.52 g; Sól: 15.49 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-16 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 60 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus + 60 g (<u>SOJ.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Twaróg półtłusty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 60 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 50 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt			Biskopity b/ml 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)	
	Obiad	Chłodnik Litewski + 400 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Chłodnik Litewski + 400 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Chłodnik Litewski + 400 g (<u>MLE</u>) Makaron a'la boloński z zieloną soczewicą + 350 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + MIX 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + rozdrobniony 100 g Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Chłodnik Litewski + 400 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)
	PD			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>)			Budyń o smaku czekoladowym z/c mix 200 ml (<u>MLE</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Buraki tarte na ciepło + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Buraki tarte na ciepło + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Ogórek świeży 40 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Ogórek świeży 40 g Buraki tarte na ciepło + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta warzywna + 60 g (<u>SEL.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Dynia na parze + puree 80 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 1967.34 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 50.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.13 g; Węglowodany ogółem: 308.90 g; W tym cukry: 77.37 g; Błonnik pok.: 30.87 g; Sól: 12.47 g;	Wartość energetyczna: 2031.65 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 54.96 g; Kw. tł. nasy.: 21.44 g; Węglowodany ogółem: 303.97 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 24.81 g; Sól: 12.62 g;	Wartość energetyczna: 1994.60 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 55.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.71 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; W tym cukry: 69.61 g; Błonnik pok.: 43.67 g; Sól: 13.38 g;	Wartość energetyczna: 2214.95 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 62.03 g; Kw. tł. nasy.: 25.28 g; Węglowodany ogółem: 317.90 g; W tym cukry: 78.23 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sól: 12.88 g;	Wartość energetyczna: 2203.39 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 59.69 g; Kw. tł. nasy.: 27.22 g; Węglowodany ogółem: 354.00 g; W tym cukry: 82.21 g; Błonnik pok.: 37.63 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2528.78 kcal; Białko ogółem: 98.19 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 382.08 g; W tym cukry: 98.30 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2320.74 kcal; Białko ogółem: 110.63 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 25.14 g; Węglowodany ogółem: 381.54 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 28.78 g; Sól: 13.94 g;

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwa strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria	
2026-07-17 piątek	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pasta z kalafiora z natką pietruszki + 40 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + puree 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Arbuz 150 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Sałata lodowa 5 g		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt	
	Obiad	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z seleria i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z mintaja na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z seleria i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z mintaja na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Burger warzywny z zielonego groszku pieczony + 3 [Por] x 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z seleria i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Pulpet z mintaja na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Surówka z seleria i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + MIX 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Pulpet z mintaja na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Surówka z seleria i jabłka b/c + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>)		
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Marchew talarki gotowane + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor 40 g	Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor 40 g	
	Wartość energetyczna: 2293.98 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 66.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 345.05 g; W tym cukry: 74.27 g; Błonnik pok.: 30.79 g; Sól: 11.92 g;	Wartość energetyczna: 2276.83 kcal; Białko ogółem: 104.88 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; W tym cukry: 70.46 g; Błonnik pok.: 25.01 g; Sól: 11.49 g;	Wartość energetyczna: 2324.57 kcal; Białko ogółem: 113.23 g; Tłuszcz: 78.03 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 338.40 g; W tym cukry: 55.21 g; Błonnik pok.: 44.59 g; Sól: 13.56 g;	Wartość energetyczna: 2624.17 kcal; Białko ogółem: 122.60 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.31 g; Węglowodany ogółem: 377.45 g; W tym cukry: 79.58 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 12.94 g;	Wartość energetyczna: 2558.91 kcal; Białko ogółem: 100.14 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 41.09 g; Węglowodany ogółem: 382.96 g; W tym cukry: 103.68 g; Błonnik pok.: 45.84 g; Sól: 11.58 g;	Wartość energetyczna: 2433.23 kcal; Białko ogółem: 98.38 g; Tłuszcz: 67.60 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 373.80 g; W tym cukry: 108.21 g; Błonnik pok.: 29.87 g; Sól: 10.18 g;	Wartość energetyczna: 2498.90 kcal; Białko ogółem: 109.48 g; Tłuszcz: 67.05 g; Kw. tł. nasy.: 29.01 g; Węglowodany ogółem: 394.73 g; W tym cukry: 106.51 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sól: 12.06 g;	

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki "Polanki"wieprzowe, wędzone,parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 40 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 40 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Serek twarogowy homogenizowany + 30 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 40 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 40 g (<u>SEL</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 40 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 70 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Pasta z brokuła + 80 g Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Parówki "Polanki"wieprzowe, wędzone,parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta z pieczonych warzyw dieta + 40 g (<u>SEL</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Schab gotowany w ziołach plastry 50 g Sałata lodowa 5 g		Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)				Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z kalaflora i jaj + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u>) Dip jogurtowo-ziolowy + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ryżowa z ziemniakami + MIX 400 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Buraki gotowane + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ryżowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Surówka z marchwi i jabłka b/c + 100 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Kasza manna z musem truskawkowym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Kasza manna z musem truskawkowym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Salatka z brokulem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem + 100 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Pasta z brokuła + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Salatka z brokulem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem + 100 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 60 g (<u>SEL</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 50 g (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Pasta z brokuła + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata lodowa 5 g Pasta z brokuła + 40 g Marchew gotowana + 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Salatka z brokulem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem + 100 g Sałata lodowa 5 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2174.20 kcal; Białko ogółem: 93.05 g; Tłuszcz: 77.18 g; Kw. tł. nasy.: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 301.92 g; W tym cukry: 51.31 g; Błonnik pok.: 30.33 g; Sól: 12.63 g;	Wartość energetyczna: 2064.28 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 57.37 g; Kw. tł. nasy.: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 311.89 g; W tym cukry: 70.91 g; Błonnik pok.: 21.84 g; Sól: 11.26 g;	Wartość energetyczna: 2020.60 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 14.57 g; Węglowodany ogółem: 309.48 g; W tym cukry: 35.65 g; Błonnik pok.: 44.83 g; Sól: 13.01 g;	Wartość energetyczna: 2374.45 kcal; Białko ogółem: 124.10 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 333.24 g; W tym cukry: 62.47 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 11.69 g;	Wartość energetyczna: 2013.63 kcal; Białko ogółem: 66.21 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 75.52 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 2324.66 kcal; Białko ogółem: 99.59 g; Tłuszcz: 62.10 g; Kw. tł. nasy.: 23.69 g; Węglowodany ogółem: 358.59 g; W tym cukry: 97.43 g; Błonnik pok.: 25.86 g; Sól: 9.53 g;	Wartość energetyczna: 2510.38 kcal; Białko ogółem: 107.26 g; Tłuszcz: 85.11 g; Kw. tł. nasy.: 26.23 g; Węglowodany ogółem: 354.94 g; W tym cukry: 84.68 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 12.99 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-07-19 niedziela	Śniadanie	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g. 1 szt Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ</u> , <u>GOR</u> ,) Serek homo o smaku wanilinowym 50 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u> , Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + rozdrobniony 50 g Twarożek z natką pietruszki + 60 g (<u>MLE</u> ,) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Marchew gotowana plastry + puree 50 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u> , <u>PSZ</u> , Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać</u> : <u>JAJ</u> , <u>GOR</u> , <u>S02</u> ,) Twarożek z natką pietruszki + 60 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	II ŚN			Chleb razowy pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Ser żółty 30 g (<u>MLE</u> ,) Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 25 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u> ,) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata lodowa 5 g		Banan 1/2 szt. 1 Por	Chrupki kukurydziane 30 g
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u> ,) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Pierogi z truskawkami * 300 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE</u> ,) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u> ,) Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u> ,) Brokuł gotowany + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Bitka schabowa pieczona + 100 g Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u> ,) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Budyń o smaku śmietankowym b/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)		Budyń o smaku śmietankowym z/c mix 200 ml (<u>MLE</u> ,)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (<u>MLE</u> ,)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 40 g Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Salata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Marchew gotowana plastry + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g. 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 40 g Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Marchew gotowana plastry + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u> ,) Ogórek świeży 50 g Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Pasta jajeczna z olejem 50 g (<u>JAJ</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Sałata lodowa 5 g Dynia na parze + 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU</u> <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> <u>ZYT</u> ,) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 40 g Ogórek świeży 50 g Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2046.02 kcal; Białko ogółem: 106.93 g; Tłuszcz: 58.00 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 302.26 g; W tym cukry: 77.54 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 2085.75 kcal; Białko ogółem: 115.83 g; Tłuszcz: 58.30 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 293.28 g; W tym cukry: 58.17 g; Błonnik pok.: 25.82 g; Sól: 9.16 g;	Wartość energetyczna: 2291.64 kcal; Białko ogółem: 127.61 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 26.22 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; W tym cukry: 59.95 g; Błonnik pok.: 43.51 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2424.65 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 67.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.53 g; Węglowodany ogółem: 343.29 g; W tym cukry: 83.63 g; Błonnik pok.: 26.43 g; Sól: 10.40 g;	Wartość energetyczna: 2490.61 kcal; Białko ogółem: 72.71 g; Tłuszcz: 68.21 g; Kw. tł. nasy.: 21.04 g; Węglowodany ogółem: 420.82 g; W tym cukry: 130.48 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sól: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2548.68 kcal; Białko ogółem: 132.57 g; Tłuszcz: 73.73 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 355.74 g; W tym cukry: 104.43 g; Błonnik pok.: 29.31 g; Sól: 9.90 g;	Wartość energetyczna: 2400.84 kcal; Białko ogółem: 117.34 g; Tłuszcz: 62.98 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 370.80 g; W tym cukry: 103.05 g; Błonnik pok.: 35.13 g; Sól: 10.64 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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