

		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
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki 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>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	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>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko pieczone 1szt. 1 szt 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 Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g	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>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z groszku zielonego + 60 g Plastry ogórka świeżego + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 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>) Dyńia gotowana z olejem puree + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Sałata zielona 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>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Chipsy z selera 50 g (<u>SEL.</u>)	Marchew talarki gotowane + 50 g		Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłka prażone + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bitka wieprzowa z szynki pieczona + 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Zupa brokulowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłka prażone + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Zupa brokulowa z ziemniakami + mix 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Puree ziemniaczane + 200 g (<u>MLE.</u>) Bitka wieprzowa z szynki pieczona + rozdrobniona 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokulowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Jabłka prażone + 100 g Masa serowa do makaronu + 100 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)			Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<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 ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 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>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 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 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z fasoli z cebulką + 60 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pasta z białek/p + 50 g (<u>JAJ.</u>) Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL.</u>) Buraki gotowane súpki + puree 40 g Sałata zielona 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 ziarnisty naturalny 80 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Delikatesowa z kurczaka produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g Buraki gotowane súpki + 40 g
		Wartość energetyczna: 2344.38 kcal; Białko ogółem: 94.48 g; Tłuszcz: 56.85 g; Kw. tł. nasy.: 25.88 g; Węglowodany ogółem: 389.85 g; W tym cukry: 116.23 g; Błonnik pok.: 31.62 g;	Wartość energetyczna: 2413.74 kcal; Białko ogółem: 101.68 g; Tłuszcz: 57.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.81 g; Węglowodany ogółem: 389.89 g; W tym cukry: 118.81 g; Błonnik pok.: 24.92 g;	Wartość energetyczna: 1957.59 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 61.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.43 g; Węglowodany ogółem: 284.53 g; W tym cukry: 45.56 g; Błonnik pok.: 43.53 g;	Wartość energetyczna: 2541.29 kcal; Białko ogółem: 110.43 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 403.03 g; W tym cukry: 121.56 g; Błonnik pok.: 26.90 g;	Wartość energetyczna: 2605.96 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 26.54 g; Węglowodany ogółem: 426.35 g; W tym cukry: 120.75 g; Błonnik pok.: 41.58 g;	Wartość energetyczna: 2354.45 kcal; Białko ogółem: 108.86 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 333.20 g; W tym cukry: 93.08 g; Błonnik pok.: 28.14 g;	Wartość energetyczna: 2584.38 kcal; Białko ogółem: 101.11 g; Tłuszcz: 62.73 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 430.20 g; W tym cukry: 138.88 g; Błonnik pok.: 32.07 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
2026-08-18 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>) Twarożek ze szczypiorkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek ze szczypiorkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 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 + 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek + 80 g (<u>MLE.</u>) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 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>) Twarożek ze szczypiorkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 200 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + MIX 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g Marchew talarki gotowane + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Brokuł gotowany + 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 Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Ogórek świeży 40 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.</u>) Pomidor 40 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Powidła śliwkowe 50 g Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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>) Buraki tarte na ciepło + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	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 od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 2031.13 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 59.33 g; Kw. tł. nasy.: 23.97 g; Węglowodany ogółem: 293.56 g; W tym cukry: 47.02 g; Błonnik pok.: 30.33 g;	Wartość energetyczna: 2075.71 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 58.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 294.00 g; W tym cukry: 49.44 g; Błonnik pok.: 24.56 g;	Wartość energetyczna: 2085.57 kcal; Białko ogółem: 112.92 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 312.55 g; W tym cukry: 34.83 g; Błonnik pok.: 45.01 g;	Wartość energetyczna: 2329.54 kcal; Białko ogółem: 116.02 g; Tłuszcz: 62.66 g; Kw. tł. nasy.: 25.68 g; Węglowodany ogółem: 341.70 g; W tym cukry: 84.47 g; Błonnik pok.: 24.62 g;	Wartość energetyczna: 2168.23 kcal; Białko ogółem: 67.58 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 351.37 g; W tym cukry: 76.82 g; Błonnik pok.: 30.36 g;	Wartość energetyczna: 2326.23 kcal; Białko ogółem: 99.19 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; W tym cukry: 101.84 g; Błonnik pok.: 24.82 g;	Wartość energetyczna: 2328.66 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 28.34 g; Węglowodany ogółem: 343.09 g; W tym cukry: 61.58 g; Błonnik pok.: 32.50 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 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
2026-08-19 środa	Śniadanie	Jogurt truskawkowy 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 żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	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>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 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 Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	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>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 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>) Ser żółty 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>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 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>) Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Jogurt truskawkowy 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 żółty 50 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasztet rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g		Banan 1/2 szt. 1 Por	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g
	Obiad	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) 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 Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos brokułowy- dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) 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 Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos brokułowy- dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Racuchy drożdżowe z jabłkami i cukrem pudrem 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dip jogurtowy naturalny + 100 g (<u>MLE</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa koperkowa z ziemniakami + mix 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Zrazik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos brokułowy- dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ogórkowa z ziemniakami + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Zrazik z kurczaka pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Salatka z brokulem, ciecierzycą, pestkami słonecznika i koperkiem + 150 g	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)		Kasza manna na mleku z cynamonem mix 200 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kasza manna na mleku z cynamonem 200 ml (<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>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g	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>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</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 Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	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>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 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>) Dżem 30 g Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	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>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	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>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Pomidor 40 g
		Wartość energetyczna: 2189.55 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 80.08 g; Kw. tł. nasy.: 31.74 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; W tym cukry: 74.49 g; Błonnik pok.: 32.25 g;	Wartość energetyczna: 2117.15 kcal; Białko ogółem: 94.25 g; Tłuszcz: 60.77 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 319.68 g; W tym cukry: 82.00 g; Błonnik pok.: 27.06 g;	Wartość energetyczna: 2357.30 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 91.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; W tym cukry: 41.63 g; Błonnik pok.: 51.41 g;	Wartość energetyczna: 2469.74 kcal; Białko ogółem: 113.49 g; Tłuszcz: 69.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 369.58 g; W tym cukry: 90.88 g; Błonnik pok.: 28.44 g;	Wartość energetyczna: 2504.97 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 378.44 g; W tym cukry: 125.57 g; Błonnik pok.: 30.66 g;	Wartość energetyczna: 2369.38 kcal; Białko ogółem: 110.03 g; Tłuszcz: 61.40 g; Kw. tł. nasy.: 23.99 g; Węglowodany ogółem: 367.66 g; W tym cukry: 109.65 g; Błonnik pok.: 31.74 g;	Wartość energetyczna: 2532.13 kcal; Białko ogółem: 109.28 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 36.86 g; Węglowodany ogółem: 357.44 g; W tym cukry: 82.77 g; Błonnik pok.: 34.38 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 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
2026-08-20 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>) Dżem 50 g Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Słupki kalarepy + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Marchew pieczona w słupki 40 g Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Sałata lodowa 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Słupki kalarepy + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Marchew pieczona w słupki 40 g Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) 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>) Dżem 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Słupki kalarepy + 40 g Sałata lodowa 5 g	Bulka 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>) Marchew pieczona w słupki puree 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>) Dżem 50 g Plastry ogórka świeżego + 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Słupki kalarepy + 40 g Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</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 zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 30 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.</u>) Sałata zielona 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Kisiel o smaku cytrynowym b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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 Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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 Filet z kurczaka wolno gotowany plastry + 100 g Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Plaćki ziemniaczane 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g (<u>MLE</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z ryżem + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 100 g Sos jarzynowy 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 250 g Kotlet panierowany z udźca kurczaka + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Galeřetka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Galeřetka 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>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 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>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 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 od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 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>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 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>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 40 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g
		Wartość energetyczna: 2008.25 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 53.16 g; Kw. tł. nasy.: 19.78 g; Węglowodany ogółem: 323.21 g; W tym cukry: 74.78 g; Błonnik pok.: 27.33 g;	Wartość energetyczna: 2065.48 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 51.86 g; Kw. tł. nasy.: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 313.21 g; W tym cukry: 77.04 g; Błonnik pok.: 21.05 g;	Wartość energetyczna: 2057.29 kcal; Białko ogółem: 100.46 g; Tłuszcz: 60.73 g; Kw. tł. nasy.: 15.50 g; Węglowodany ogółem: 324.80 g; W tym cukry: 47.39 g; Błonnik pok.: 41.42 g;	Wartość energetyczna: 2336.11 kcal; Białko ogółem: 114.47 g; Tłuszcz: 57.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 354.39 g; W tym cukry: 79.90 g; Błonnik pok.: 21.05 g;	Wartość energetyczna: 2344.21 kcal; Białko ogółem: 67.75 g; Tłuszcz: 100.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 317.81 g; W tym cukry: 76.68 g; Błonnik pok.: 26.75 g;	Wartość energetyczna: 2252.13 kcal; Białko ogółem: 100.90 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 332.05 g; W tym cukry: 92.90 g; Błonnik pok.: 24.49 g;	Wartość energetyczna: 2292.57 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 54.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 384.07 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 28.18 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
2026-08-21 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) Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 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) Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 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 Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 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) Arbuz 150 g Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, 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) Masło extra 82% 10 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Twaróg półtłusty 80 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 5 g	Kasza manna na mleku MIX 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Sałata zielona 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) Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Twaróg półtłusty 50 g (MLE) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 5 g
	II śN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Poledwica Sopotcka 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) Poledwica Sopotcka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ) Pomidor 40 g
	Obiad	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z marchwi z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Zapiekanka ziemniaczana z pieczarką, papryką kolorową, ogórkiem konserwowym i kukurydzą + 300 g (JAJ, MLE, GOR) Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + MIX 300 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Morszczuk na parze z/s + 100 g (RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Cukinia gotowana + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa brokułowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Morszczuk panierowany pieczony + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Surówka z białej kapusty z koperkiem z olejem b/c + 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 pomidorowy 60 g (MLE) Sałata zielona 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) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Dynia na parze z olejem + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Dynia na parze z olejem + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g Dynia na parze z olejem + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Dynia na parze z olejem + 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 żółty 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 60 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Dynia na parze z olejem + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Seler gotowany + puree 40 g (SEL) Sałata zielona 5 g Dynia gotowana z olejem 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) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Dynia na parze z olejem + 40 g
		Wartość energetyczna: 2205.75 kcal; Białko ogółem: 104.49 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.47 g; Węglowodany ogółem: 336.81 g; W tym cukry: 75.36 g; Błonnik pok.: 31.26 g;	Wartość energetyczna: 2331.84 kcal; Białko ogółem: 114.00 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 326.19 g; W tym cukry: 78.88 g; Błonnik pok.: 23.10 g;	Wartość energetyczna: 2330.43 kcal; Białko ogółem: 121.09 g; Tłuszcz: 73.60 g; Kw. tł. nasy.: 23.63 g; Węglowodany ogółem: 346.42 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 50.84 g;	Wartość energetyczna: 2674.57 kcal; Białko ogółem: 129.25 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 35.70 g; Węglowodany ogółem: 376.50 g; W tym cukry: 96.52 g; Błonnik pok.: 24.19 g;	Wartość energetyczna: 2441.74 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 95.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.50 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 97.15 g; Błonnik pok.: 30.41 g;	Wartość energetyczna: 2447.83 kcal; Białko ogółem: 116.73 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.90 g; Węglowodany ogółem: 370.75 g; W tym cukry: 85.25 g; Błonnik pok.: 25.83 g;	Wartość energetyczna: 2545.52 kcal; Białko ogółem: 118.62 g; Tłuszcz: 70.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.29 g; Węglowodany ogółem: 388.74 g; W tym cukry: 93.55 g; Błonnik pok.: 33.51 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 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
2026-08-22 sobota	Śniadanie	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 5 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 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.) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (SOJ, GOR.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 80 g (MLE.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 5 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 5 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Sałata lodowa 5 g		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 30 g Pomidor 40 g
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 130 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 130 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kluskі śląskie + 3 [Por] x 100 g (JAJ.) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE, SO2.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 130 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa ziemniaczana + mix 400 g (MLE, SEL.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Brokuł gotowany z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowo-ryżowy na parze + 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Surówka z kapusty pekińskiej, kukurydzą, jabłkiem, papryką czerwoną b/c + 130 g (MLE.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pomidorowy + 100 g
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)			Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (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.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 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.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Miód (25g) 1 szt Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek homo. naturalny 70 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Buraki gotowane słupki + 80 g Sałata zielona 5 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.) Pasztet z soczewicy + 50 g (JAJ.) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, SO2.) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g
		Wartość energetyczna: 2116.75 kcal; Białko ogółem: 87.49 g; Tłuszcz: 54.04 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 351.39 g; W tym cukry: 62.47 g; Błonnik pok.: 34.33 g;	Wartość energetyczna: 2169.09 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 20.46 g; Węglowodany ogółem: 354.64 g; W tym cukry: 81.01 g; Błonnik pok.: 26.01 g;	Wartość energetyczna: 2180.34 kcal; Białko ogółem: 100.34 g; Tłuszcz: 56.56 g; Kw. tł. nasy.: 14.94 g; Węglowodany ogółem: 370.85 g; W tym cukry: 54.73 g; Błonnik pok.: 49.25 g;	Wartość energetyczna: 2425.26 kcal; Białko ogółem: 108.53 g; Tłuszcz: 58.99 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 389.59 g; W tym cukry: 85.82 g; Błonnik pok.: 27.01 g;	Wartość energetyczna: 2365.23 kcal; Białko ogółem: 62.59 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 412.96 g; W tym cukry: 81.30 g; Błonnik pok.: 36.04 g;	Wartość energetyczna: 2286.38 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 50.77 g; Kw. tł. nasy.: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 380.31 g; W tym cukry: 120.64 g; Błonnik pok.: 25.70 g;	Wartość energetyczna: 2369.98 kcal; Białko ogółem: 99.99 g; Tłuszcz: 61.44 g; Kw. tł. nasy.: 25.16 g; Węglowodany ogółem: 387.96 g; W tym cukry: 67.82 g; Błonnik pok.: 36.50 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
2026-08-23 niedziela	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 + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz 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>) Plastyry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz 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>) Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Piersz 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>) Plastyry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz 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>) Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Plastyry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Seler gotowany + puree 50 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Piersz 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>) Plastyry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (<u>SOJ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 5 g	
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt			Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Leczo wegetariańskie z tofu duszone + 200 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE.</u>) Ryż biały + 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE.</u>) Potrawka z kurczaka + rozdrobniona 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL.</u>)	Barszcz czerwony z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane z koperkiem + 200 g Potrawka z kurczaka + 200 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)				Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (<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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 5 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>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z groszku zielonego + 50 g Pomidor 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szpinaż gotowany z olejem + puree 40 g Seler gotowany + puree 40 g (<u>SEL.</u>) Salata zielona 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE.</u>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (<u>SOJ.</u>) Salata zielona 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 1770.50 kcal; Białko ogółem: 75.55 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.79 g; Węglowodany ogółem: 274.03 g; W tym cukry: 46.50 g; Błonnik pok.: 32.69 g;	Wartość energetyczna: 1893.36 kcal; Białko ogółem: 86.81 g; Tłuszcz: 53.08 g; Kw. tł. nasy.: 19.47 g; Węglowodany ogółem: 286.22 g; W tym cukry: 49.45 g; Błonnik pok.: 27.51 g;	Wartość energetyczna: 1950.32 kcal; Białko ogółem: 91.26 g; Tłuszcz: 58.78 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 314.73 g; W tym cukry: 34.65 g; Błonnik pok.: 50.46 g;	Wartość energetyczna: 2223.68 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 64.47 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 324.57 g; W tym cukry: 50.42 g; Błonnik pok.: 28.51 g;	Wartość energetyczna: 2176.60 kcal; Białko ogółem: 58.17 g; Tłuszcz: 72.44 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 353.59 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 38.28 g;	Wartość energetyczna: 2047.13 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 53.97 g; Kw. tł. nasy.: 21.41 g; Węglowodany ogółem: 331.64 g; W tym cukry: 79.36 g; Błonnik pok.: 35.33 g;	Wartość energetyczna: 2221.78 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 67.98 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 80.71 g; Błonnik pok.: 34.98 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
2026-08-24 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g	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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Marchew gotowana plastry + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Słupki rzodkwi białej + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 40 g	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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Marchew gotowana plastry + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	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>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy + 60 g (<u>JAJ.</u>) Słupki rzodkwi białej + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	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>) Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek śmietankowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta z brokuła + 40 g Pomidor b/skórki 40 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Słupki rzodkwi białej + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Papryka świeża 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osl.niejad 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa żółta gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalańfior gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Fasolka szparagowa żółta gotowana + 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 200 g (<u>MLE.</u>) Sos a'la boloński z tofu + rozdrobniony 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Seler gotowany + puree 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JECZ.</u>) Ryż biały + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalańfior 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 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>) Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor 40 g Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	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>) Pomidor b/skórki 40 g Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 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 Szynka od Teścia-wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	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 z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE.</u>) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 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>) Tofu 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 40 g Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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 groszku zielonego + 40 g Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) 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>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Twarożek z natką pietruszki + 30 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 2127.88 kcal; Białko ogółem: 77.54 g; Tłuszcz: 60.36 g; Kw. tł. nasy.: 26.72 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; W tym cukry: 52.99 g; Błonnik pok.: 31.26 g;	Wartość energetyczna: 2212.42 kcal; Białko ogółem: 84.18 g; Tłuszcz: 60.55 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 349.99 g; W tym cukry: 55.88 g; Błonnik pok.: 24.50 g;	Wartość energetyczna: 2274.02 kcal; Białko ogółem: 91.27 g; Tłuszcz: 69.81 g; Kw. tł. nasy.: 22.33 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; W tym cukry: 48.79 g; Błonnik pok.: 51.44 g;	Wartość energetyczna: 2643.30 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.45 g; Węglowodany ogółem: 416.23 g; W tym cukry: 81.58 g; Błonnik pok.: 25.53 g;	Wartość energetyczna: 2192.35 kcal; Białko ogółem: 72.02 g; Tłuszcz: 63.89 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 359.91 g; W tym cukry: 52.29 g; Błonnik pok.: 33.51 g;	Wartość energetyczna: 2435.82 kcal; Białko ogółem: 76.75 g; Tłuszcz: 82.15 g; Kw. tł. nasy.: 36.56 g; Węglowodany ogółem: 366.89 g; W tym cukry: 103.53 g; Błonnik pok.: 29.49 g;	Wartość energetyczna: 2548.76 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 70.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 411.89 g; W tym cukry: 78.09 g; Błonnik pok.: 33.04 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
2026-08-25 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>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g	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>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (<u>SOJ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g (<u>SOJ.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Pomidor 40 g 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>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Dyńia na parze z olejem + puree 40 g Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Miód (25g) 2 szt Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</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 wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pomarańcza 1 szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g
	II ŚN			Chipsy z selera 50 g (<u>SEL.</u>)	Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)		Jogurt brzoskwinowy 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 Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa 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>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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 Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa 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>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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>) Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + puree 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 Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Sałatka z buraków i jabłka (z olejem) b/c + 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 Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Sałata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Sałata zielona 5 g		Galarетка z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Szynkowa dębowa kiel.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w ost.niejad 30 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	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 50 g Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 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>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Bulka 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>) Banan 1/2 szt. 1 Por Marchew talarki gotowane + 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży słupki + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g
		Wartość energetyczna: 2505.27 kcal; Białko ogółem: 92.62 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.73 g; Węglowodany ogółem: 371.13 g; W tym cukry: 111.40 g; Błonnik pok.: 32.37 g;	Wartość energetyczna: 2343.36 kcal; Białko ogółem: 90.20 g; Tłuszcz: 69.73 g; Kw. tł. nasy.: 25.74 g; Węglowodany ogółem: 357.04 g; W tym cukry: 116.50 g; Błonnik pok.: 27.52 g;	Wartość energetyczna: 2460.35 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 89.68 g; Kw. tł. nasy.: 22.01 g; Węglowodany ogółem: 342.31 g; W tym cukry: 62.16 g; Błonnik pok.: 48.86 g;	Wartość energetyczna: 2624.89 kcal; Białko ogółem: 107.49 g; Tłuszcz: 80.74 g; Kw. tł. nasy.: 31.92 g; Węglowodany ogółem: 386.88 g; W tym cukry: 120.76 g; Błonnik pok.: 28.98 g;	Wartość energetyczna: 2401.27 kcal; Białko ogółem: 75.49 g; Tłuszcz: 81.25 g; Kw. tł. nasy.: 21.26 g; Węglowodany ogółem: 360.78 g; W tym cukry: 112.11 g; Błonnik pok.: 35.99 g;	Wartość energetyczna: 2636.02 kcal; Białko ogółem: 90.16 g; Tłuszcz: 77.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 411.91 g; W tym cukry: 171.83 g; Błonnik pok.: 27.39 g;	Wartość energetyczna: 2893.44 kcal; Białko ogółem: 105.51 g; Tłuszcz: 94.50 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 425.50 g; W tym cukry: 136.31 g; Błonnik pok.: 35.92 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 KUCHNIA GDAŃSK ZAKAŻNY

		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
2026-08-26 środa	Śniadanie	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>) 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Salata zielona 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>) Dżem 50 g Serek Fromage 70 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Arbuz 150 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	Zacierka na mleku MIX 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) 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>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Marchew gotowana z olejem puree + 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Pomidor 40 g Salata zielona 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g
	Obiad	Zupa wielowarzywna 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>) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szyńka pieczona w plastrach + 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)			Zupa wielowarzywna z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Placuszki z kukini 300 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wielowarzywna z ziemniakami + mix 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE</u>) Szyńka pieczona w plastrach + rozdrobniona 100 g Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>) Marchew gotowana z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa wielowarzywna 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>) Surówka z marchwi i selera z olejem + 130 g (<u>SEL</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			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>)	
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>) Pasztet rybny + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g Szyńka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szyńka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 5 g 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 Pasztet rybny + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 5 g Szyńka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek świeży 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasztet rybny + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szyńka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata lodowa 5 g 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 2 szt (<u>JAJ</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g	Bułka 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>) Dyńa gotowana z olejem puree + 40 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata lodowa 5 g	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>) Pasztet rybny + 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>) Salata lodowa 5 g Szyńka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek świeży 40 g
		Wartość energetyczna: 2247.58 kcal; Białko ogółem: 106.45 g; Tłuszcz: 57.83 g; Kw. tł. nasy.: 23.14 g; Węglowodany ogółem: 351.36 g; W tym cukry: 90.47 g; Błonnik pok.: 30.95 g;	Wartość energetyczna: 2370.23 kcal; Białko ogółem: 123.47 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 340.99 g; W tym cukry: 93.52 g; Błonnik pok.: 25.16 g;	Wartość energetyczna: 2361.18 kcal; Białko ogółem: 136.62 g; Tłuszcz: 83.89 g; Kw. tł. nasy.: 31.16 g; Węglowodany ogółem: 313.89 g; W tym cukry: 50.49 g; Błonnik pok.: 44.44 g;	Wartość energetyczna: 2739.71 kcal; Białko ogółem: 142.40 g; Tłuszcz: 77.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.13 g; Węglowodany ogółem: 389.27 g; W tym cukry: 116.87 g; Błonnik pok.: 26.60 g;	Wartość energetyczna: 2494.21 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 106.56 g; Kw. tł. nasy.: 43.55 g; Węglowodany ogółem: 333.42 g; W tym cukry: 100.81 g; Błonnik pok.: 29.09 g;	Wartość energetyczna: 2437.03 kcal; Białko ogółem: 117.51 g; Tłuszcz: 66.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 364.36 g; W tym cukry: 120.76 g; Błonnik pok.: 28.46 g;	Wartość energetyczna: 2724.34 kcal; Białko ogółem: 131.17 g; Tłuszcz: 75.55 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 411.42 g; W tym cukry: 124.52 g; Błonnik pok.: 33.24 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
2026-08-27 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 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 Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidła śliwkowe 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</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 Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Pasta warzywna + 80 g (<u>SEL</u>) Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 5 g Pasta warzywna + 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ</u>) Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL</u>)
	II ŚN			Ślupki z marchewki + 50 g			Kasza manna z jabłkiem prażonym mix 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	Ślupki z marchewki + 50 g
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g (<u>MLE</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa 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>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa dyniowa 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>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Makaron Spaghetti 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 200 g (<u>SEL</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa 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>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g (<u>MLE</u>) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE</u>)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 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>) 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>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	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>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 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>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sliwka 150 g Salata zielona 5 g	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>) Dżem 25 g 1 szt Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 60 g (<u>MLE</u>) Twarożek + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sliwka 150 g Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Porzeczkowy twarożek + 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany z olejem puree + 40 g Salata zielona 5 [Por] x 20 g 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>) 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>) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sliwka 150 g Salata zielona 5 g
		Wartość energetyczna: 2032.08 kcal; Białko ogółem: 87.65 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kw. tł. nasy.: 23.07 g; Węglowodany ogółem: 311.49 g; W tym cukry: 71.46 g; Błonnik pok.: 31.98 g;	Wartość energetyczna: 2209.56 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 72.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.77 g; Węglowodany ogółem: 314.35 g; W tym cukry: 80.08 g; Błonnik pok.: 24.51 g;	Wartość energetyczna: 2023.70 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 57.41 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 324.41 g; W tym cukry: 65.40 g; Błonnik pok.: 45.83 g;	Wartość energetyczna: 2385.69 kcal; Białko ogółem: 97.47 g; Tłuszcz: 75.08 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; W tym cukry: 93.09 g; Błonnik pok.: 27.45 g;	Wartość energetyczna: 2292.47 kcal; Białko ogółem: 79.41 g; Tłuszcz: 73.03 g; Kw. tł. nasy.: 31.90 g; Węglowodany ogółem: 355.95 g; W tym cukry: 79.98 g; Błonnik pok.: 32.00 g;	Wartość energetyczna: 2524.29 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 33.03 g; Węglowodany ogółem: 355.29 g; W tym cukry: 91.02 g; Błonnik pok.: 26.15 g;	Wartość energetyczna: 2210.27 kcal; Białko ogółem: 94.21 g; Tłuszcz: 62.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 343.59 g; W tym cukry: 84.78 g; Błonnik pok.: 35.04 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
2026-08-28 piątek	Śniadanie	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 60 g (MLE) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt 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 60 g (MLE) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Jabłko 1 szt 1 szt Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Miód (25g) 2 szt Seler gotowany puree + 40 g (SEL) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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 60 g (MLE) Pasztet z fasoli + 50 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g Sałata zielona 5 g
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło extra 82% 5 g (MLE) Serek homo. naturalny 30 g (MLE) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morskczuka + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Golabki z koperkiem gotowane z pieczarkami 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL) Sos pieczarkowy + 100 g (MLE, SO2, JAJ, RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Buraki gotowane z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE) Pulpet z morskczuka na parze + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos cytrynowy + 100 g (GLU PSZ, MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Kotlet z morskczuka + 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ) Sałata zielona z jogurtem 80 g (MLE) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (MLE)		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (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) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Dżem 50 g Seler naciowy słupki + 80 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ser żółty 50 g (MLE) Seler naciowy słupki + 80 g (SEL) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Masło extra 82% 10 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g Pomidor b/skórki 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 żółty 60 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 10 g (MLE) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 70 g (SEL) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew gotowana z olejem puree + 40 g Pomidor b/skórki 40 g	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) Mięsiwo z zalewy-wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Dżem 50 g Sałata zielona 5 g Seler naciowy słupki + 80 g (SEL) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2135.02 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; W tym cukry: 78.48 g; Błonnik pok.: 29.38 g;	Wartość energetyczna: 2380.10 kcal; Białko ogółem: 97.57 g; Tłuszcz: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 367.67 g; W tym cukry: 106.87 g; Błonnik pok.: 22.64 g;	Wartość energetyczna: 2328.29 kcal; Białko ogółem: 116.21 g; Tłuszcz: 80.92 g; Kw. tł. nasy.: 35.07 g; Węglowodany ogółem: 326.08 g; W tym cukry: 46.10 g; Błonnik pok.: 39.82 g;	Wartość energetyczna: 2755.88 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 72.98 g; Kw. tł. nasy.: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 424.52 g; W tym cukry: 125.37 g; Błonnik pok.: 23.64 g;	Wartość energetyczna: 2398.61 kcal; Białko ogółem: 86.91 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kw. tł. nasy.: 36.85 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; W tym cukry: 70.65 g; Błonnik pok.: 35.66 g;	Wartość energetyczna: 2638.24 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 70.45 g; Kw. tł. nasy.: 32.14 g; Węglowodany ogółem: 405.22 g; W tym cukry: 140.68 g; Błonnik pok.: 22.59 g;	Wartość energetyczna: 2545.32 kcal; Białko ogółem: 105.13 g; Tłuszcz: 64.51 g; Kw. tł. nasy.: 27.96 g; Węglowodany ogółem: 413.77 g; W tym cukry: 96.89 g; Błonnik pok.: 31.97 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
2026-08-29 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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 50 g Dżem 30 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 Pasta warzywna + 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 Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone,parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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 50 g Dżem 30 g Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna + 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Dżem 30 g Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokula + 40 g Buraki gotowane z olejem puree + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone,parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (<u>SEL.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>)
	II śN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g		Jabłko pieczone 1szt. rozdrobnione 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Ryz biały + 200 g Kociołek meksykański z fasoli + 300 g (<u>GLU PSZ, może zawierać: GLU PSZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, S02.</u>) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (<u>SEL.</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + mix 400 g (<u>SOJ, MLE, 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>) Sos jarzynowy dieta + 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (<u>SOJ, MLE, SEL.</u>) Kasza jęczmienna + 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki 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>)	Galaretką jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (<u>MLE.</u>)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)	Galaretką jogurtowa o smaku pomarańczowym 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>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem + 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek 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 Banan 1szt. 1 szt 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 Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem + 50 g (<u>MLE.</u>) 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>) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (<u>SOJ.</u>) Twarożek z koperkiem + 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 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>) Twarożek z koperkiem + 50 g (<u>MLE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g	Bulka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem + 70 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g	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 z koperkiem + 50 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 Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g
		Wartość energetyczna: 2530.72 kcal; Białko ogółem: 97.25 g; Tłuszcz: 86.05 g; Kw. tł. nasy.: 30.49 g; Węglowodany ogółem: 370.16 g; W tym cukry: 87.68 g; Błonnik pok.: 36.42 g;	Wartość energetyczna: 2283.13 kcal; Białko ogółem: 95.03 g; Tłuszcz: 54.01 g; Kw. tł. nasy.: 21.33 g; Węglowodany ogółem: 373.59 g; W tym cukry: 97.76 g; Błonnik pok.: 28.95 g;	Wartość energetyczna: 2414.64 kcal; Białko ogółem: 111.45 g; Tłuszcz: 88.62 g; Kw. tł. nasy.: 24.46 g; Węglowodany ogółem: 341.54 g; W tym cukry: 40.82 g; Błonnik pok.: 47.53 g;	Wartość energetyczna: 2683.02 kcal; Białko ogółem: 114.82 g; Tłuszcz: 61.82 g; Kw. tł. nasy.: 25.63 g; Węglowodany ogółem: 437.19 g; W tym cukry: 98.89 g; Błonnik pok.: 29.96 g;	Wartość energetyczna: 2545.65 kcal; Białko ogółem: 78.14 g; Tłuszcz: 70.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 428.45 g; W tym cukry: 105.63 g; Błonnik pok.: 42.93 g;	Wartość energetyczna: 2272.57 kcal; Białko ogółem: 90.68 g; Tłuszcz: 56.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.62 g; Węglowodany ogółem: 369.57 g; W tym cukry: 121.34 g; Błonnik pok.: 32.04 g;	Wartość energetyczna: 2920.61 kcal; Białko ogółem: 115.64 g; Tłuszcz: 93.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.80 g; Węglowodany ogółem: 433.81 g; W tym cukry: 88.21 g; Błonnik pok.: 38.18 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-08-17 do dnia 2026-08-30 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
2026-08-30 niedziela	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 krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w ziołach słupki 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>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w ziołach słupki 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>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w ziołach słupki 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>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor b/skórki 40 g Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w ziołach słupki 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>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR</u>) Ser wędzony 50 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Marchew pieczona w ziołach słupki 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>) Salata zielona 5 g Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w ziołach słupki puree 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>) Szynka krucha z pieca wieprzowa, parzona 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR, S02.</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jogurt brzoskwinowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Marchew pieczona w ziołach słupki 40 g
	II ŚN			Jabłko 1 szt 1 szt	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (<u>MLE</u>)	Jabłko 1 szt 1 szt
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + 150 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Burger warzywny z zielonego groszku pieczony + 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Dip jogurtowy o smaku czosnkowym + 100 g (<u>MLE</u>) Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) 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>) Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Buraki tarte na ciepło + puree 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)	Zupa ziemniaczana + 400 g (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Udziec z kurczaka wolno gotowany z ziołami + 100 g Surówka Coleslaw + 130 g (<u>JAJ, MLE, GOR, S02</u>) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos koperkowy dieta + 100 g (<u>MLE</u>)
	PD			Sok pomidorowy, kubek 0,2l 1 szt	Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>)		Biszkopty b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ</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>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Ogórek świeży 40 g Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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 Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 40 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Salata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Salata zielona 5 g Seler gotowany + 80 g (<u>SEL</u>) 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>) Pasta z ciecierzycy z warzywami + 50 g (<u>SEL</u>) Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 40 g (<u>SEL</u>)
		Wartość energetyczna: 2142.12 kcal; Białko ogółem: 91.30 g; Tłuszcz: 72.46 g; Kw. tł. nasy.: 22.48 g; Węglowodany ogółem: 303.40 g; W tym cukry: 63.43 g; Błonnik pok.: 31.21 g;	Wartość energetyczna: 2037.23 kcal; Białko ogółem: 97.89 g; Tłuszcz: 63.38 g; Kw. tł. nasy.: 24.82 g; Węglowodany ogółem: 290.28 g; W tym cukry: 47.67 g; Błonnik pok.: 21.90 g;	Wartość energetyczna: 2056.88 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; W tym cukry: 41.45 g; Błonnik pok.: 43.96 g;	Wartość energetyczna: 2374.77 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 70.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 349.25 g; W tym cukry: 74.38 g; Błonnik pok.: 22.37 g;	Wartość energetyczna: 2273.54 kcal; Białko ogółem: 74.84 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 19.97 g; Węglowodany ogółem: 334.94 g; W tym cukry: 68.69 g; Błonnik pok.: 39.34 g;	Wartość energetyczna: 2394.56 kcal; Białko ogółem: 100.49 g; Tłuszcz: 66.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.61 g; Węglowodany ogółem: 363.76 g; W tym cukry: 85.38 g; Błonnik pok.: 25.97 g;	Wartość energetyczna: 2378.64 kcal; Białko ogółem: 95.40 g; Tłuszcz: 75.24 g; Kw. tł. nasy.: 22.54 g; Węglowodany ogółem: 353.76 g; W tym cukry: 78.49 g; Błonnik pok.: 35.06 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 JEĆZ - 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,