

		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
2026-09-14 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>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 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 Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata 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>) 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 Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g 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 Salata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Salata 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>) Jabłko 1 szt 1 szt 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 Salata zielona 5 g	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>) Dynia gotowana z olejem puree + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</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>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g 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 Salata zielona 5 g
	II ŚN			Chipsy z selera 50 g (<u>SEL.</u>)	Marchew talarki gotowane + 50 g		Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt	Biszkopity b/ml 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)
	Obiad	Zupa brokułowa 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 brokułowa 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 brokułowa 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 brokułowa 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 brokułowa 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>) Salata zielona 5 g Buraki gotowane słupki + 40 g	Bułka 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>) Salata zielona 5 g Buraki gotowane słupki + 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>) Salata zielona 5 g Buraki gotowane słupki + 40 g	Bułka 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>) Salata zielona 5 g Buraki gotowane 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>) 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 Salata zielona 5 g Buraki gotowane słupki + 40 g	Bułka 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 słupki + puree 40 g 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>) 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>) Salata zielona 5 g Buraki gotowane słupki + 40 g
		Wartość energetyczna: 2349.74 kcal; Białko ogółem: 94.82 g; Tłuszcz: 57.30 g; Kw. tł. nasy.: 26.17 g; Węglowodany ogółem: 389.73 g; W tym cukry: 116.22 g; Błonnik pok.: 31.62 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2419.10 kcal; Białko ogółem: 102.02 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.10 g; Węglowodany ogółem: 389.77 g; W tym cukry: 118.80 g; Błonnik pok.: 24.92 g; Sól: 8.84 g;	Wartość energetyczna: 1952.46 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 62.00 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 284.11 g; W tym cukry: 45.56 g; Błonnik pok.: 43.57 g; Sól: 12.44 g;	Wartość energetyczna: 2546.65 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 402.91 g; W tym cukry: 121.55 g; Błonnik pok.: 26.90 g; Sól: 9.26 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; Sól: 9.45 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; Sól: 11.23 g;	Wartość energetyczna: 2589.74 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 63.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 430.08 g; W tym cukry: 138.87 g; Błonnik pok.: 32.07 g; Sól: 10.57 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-15 wtorek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek + 70 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Twarożek + 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek + 60 g (MLE.) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek + 80 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek + 70 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ogórek świeży 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g
	II ŚN			Kisiel o smaku truskawkowym b/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 150 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml (może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.)
	Obiad	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt				Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ.) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 200 g (SEL.) Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + MIX 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Gulasz wieprzowy (dieta) + rozdrobniony 200 g Marchew gotowana z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa selerowa z ziemniakami + 300 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JĘCZ.) Gulasz wieprzowy (dieta) + 200 g Brokuł gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Chleb razowy żytnio-pszenno 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Ogórek świeży 40 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Śniadaniowa drobiowa- produkt drobiowy parzony w osłonce niejadalnej 30 g (może zawierać: GLU PSZ, MLE, GOR.) Pomidor 40 g
Kolacja		Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pomidor 40 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Powidła śliwkowe 50 g Serek Fromage 70 g (GLU PSZ, MLE.) Sałata lodowa 5 g Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Buraki tarte na ciepło + 40 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pasta z jaj z natką pietruszki + 50 g (JAJ, MLE.) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ.) Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (SEL.)
		Wartość energetyczna: 2049.23 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kw. tł. nasy.: 24.02 g; Węglowodany ogółem: 293.65 g; W tym cukry: 47.40 g; Błonnik pok.: 30.27 g; Sól: 12.38 g;	Wartość energetyczna: 2097.96 kcal; Białko ogółem: 108.82 g; Tłuszcz: 61.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.40 g; Węglowodany ogółem: 294.49 g; W tym cukry: 50.05 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sól: 10.94 g;	Wartość energetyczna: 2103.67 kcal; Białko ogółem: 112.02 g; Tłuszcz: 66.10 g; Kw. tł. nasy.: 18.15 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; W tym cukry: 35.20 g; Błonnik pok.: 44.95 g; Sól: 12.83 g;	Wartość energetyczna: 2351.79 kcal; Białko ogółem: 115.50 g; Tłuszcz: 65.17 g; Kw. tł. nasy.: 25.78 g; Węglowodany ogółem: 342.19 g; W tym cukry: 85.08 g; Błonnik pok.: 24.63 g; Sól: 11.17 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; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 2359.80 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 69.53 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 349.22 g; W tym cukry: 102.98 g; Błonnik pok.: 25.20 g; Sól: 9.65 g;	Wartość energetyczna: 2346.76 kcal; Białko ogółem: 111.66 g; Tłuszcz: 71.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.38 g; Węglowodany ogółem: 343.19 g; W tym cukry: 61.95 g; Błonnik pok.: 32.44 g; Sól: 13.92 g;

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Salata zielona 5 g	Bułka 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 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 40 g Salata zielona 5 g	Bułka 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 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	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek homo. naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 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 Filet zapiekany drobiowy 30 g (<u>MLE</u>) Salata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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>) 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 koperkowa 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 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 brokułem, 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>) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pomidor b/skórki 40 g	Bułka 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 Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, 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 Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Pomidor 40 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 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 Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Rzodkiew biała 40 g 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 Paszтет 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu z koperkiem + 60 g (<u>MLE</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) 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>) Paszтет sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Szynka od Teścia- wędzonka wieprzowa, parzona z dodaną wodą 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g Salata zielona 5 g Pomidor 40 g
	Wartość energetyczna: 2193.00 kcal; Białko ogółem: 91.75 g; Tłuszcz: 81.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.13 g; Węglowodany ogółem: 305.11 g; W tym cukry: 74.30 g; Błonnik pok.: 31.78 g; Sól: 15.24 g;	Wartość energetyczna: 2120.60 kcal; Białko ogółem: 94.56 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 22.50 g; Węglowodany ogółem: 317.31 g; W tym cukry: 81.81 g; Błonnik pok.: 26.59 g; Sól: 11.87 g;	Wartość energetyczna: 2360.75 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 93.04 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 323.82 g; W tym cukry: 41.44 g; Błonnik pok.: 50.94 g; Sól: 16.32 g;	Wartość energetyczna: 2473.19 kcal; Białko ogółem: 113.81 g; Tłuszcz: 71.17 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 367.21 g; W tym cukry: 125.57 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 13.00 g;	Wartość energetyczna: 2504.97 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz: 93.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.70 g; Węglowodany ogółem: 366.49 g; W tym cukry: 109.85 g; Błonnik pok.: 30.66 g; Sól: 10.78 g;	Wartość energetyczna: 2324.41 kcal; Białko ogółem: 108.27 g; Tłuszcz: 57.88 g; Kw. tł. nasy.: 22.86 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 32.03 g; Sól: 12.81 g;	Wartość energetyczna: 2535.58 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 90.38 g; Kw. tł. nasy.: 37.25 g; Węglowodany ogółem: 355.07 g; W tym cukry: 82.58 g; Błonnik pok.: 33.91 g; Sól: 16.69 g;

	GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 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	Bułka 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-pszenno 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	Bułka 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-pszenno 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	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g 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>) Słupki kalarepy + 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-pszenno 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Plastry ogórka świeżego + 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-pszenno 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>)
2026-09-17 czwartek	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 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 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>) Placki 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>) Filet z kurczaka wolno gotowany plaster + 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>)	Galearetka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>)		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Galearetka jogurtowa o smaku truskawkowym 200 g (<u>MLE</u>)
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno 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>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Serek ziarnisty naturalny 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-pszenno 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Serek ziarnisty naturalny 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-pszenno 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	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</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-pszenno 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>) Paszтет rybny + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Serek ziarnisty naturalny 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: 2027.15 kcal; Białko ogółem: 83.28 g; Tłuszcz: 54.90 g; Kw. tł. nasy.: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 324.38 g; W tym cukry: 72.94 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 11.62 g;	Wartość energetyczna: 2084.38 kcal; Białko ogółem: 100.96 g; Tłuszcz: 53.60 g; Kw. tł. nasy.: 19.87 g; Węglowodany ogółem: 314.38 g; W tym cukry: 75.20 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 10.45 g;	Wartość energetyczna: 2076.19 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 62.47 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 323.96 g; W tym cukry: 45.55 g; Błonnik pok.: 41.89 g; Sól: 12.23 g;	Wartość energetyczna: 2344.72 kcal; Białko ogółem: 112.74 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kw. tł. nasy.: 23.22 g; Węglowodany ogółem: 355.46 g; W tym cukry: 78.00 g; Błonnik pok.: 21.52 g; Sól: 10.72 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; Sól: 10.02 g;	Wartość energetyczna: 2318.22 kcal; Białko ogółem: 112.43 g; Tłuszcz: 67.18 g; Kw. tł. nasy.: 24.90 g; Węglowodany ogółem: 336.04 g; W tym cukry: 93.50 g; Błonnik pok.: 24.96 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2311.47 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 56.29 g; Kw. tł. nasy.: 21.19 g; Węglowodany ogółem: 385.24 g; W tym cukry: 89.56 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 11.86 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-18 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	Bułka 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	Bułka 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.) 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	Kasza manna na mleku MIX 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka 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 Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Sałata lodowa 5 g		Chrupki kukurydziane 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Połędwica Sopocka drobiowo-wieprzowa wędzona parzona 30 g (SOJ.) Pomidor 40 g
	Obiad	Zupa 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.) Zapiekanek 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 + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Zapiekanek 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.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka 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.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 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.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka 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.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 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.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g	Bułka 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 Drynja 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Filet zapiekany drobiowy 30 g (MLE.) Sałatka jarzynowa dieta + 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2224.18 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 58.91 g; Kw. tł. nasy.: 22.49 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; W tym cukry: 76.40 g; Błonnik pok.: 32.10 g; Sól: 12.07 g;	Wartość energetyczna: 2350.28 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 66.11 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 333.87 g; W tym cukry: 79.91 g; Błonnik pok.: 23.94 g; Sól: 11.39 g;	Wartość energetyczna: 2348.86 kcal; Białko ogółem: 122.12 g; Tłuszcz: 71.92 g; Kw. tł. nasy.: 23.65 g; Węglowodany ogółem: 354.09 g; W tym cukry: 47.05 g; Błonnik pok.: 51.67 g; Sól: 13.63 g;	Wartość energetyczna: 2693.00 kcal; Białko ogółem: 130.28 g; Tłuszcz: 75.72 g; Kw. tł. nasy.: 35.72 g; Węglowodany ogółem: 384.18 g; W tym cukry: 97.56 g; Błonnik pok.: 25.02 g; Sól: 12.73 g;	Wartość energetyczna: 2460.17 kcal; Białko ogółem: 91.74 g; Tłuszcz: 93.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 340.62 g; W tym cukry: 98.19 g; Błonnik pok.: 31.25 g; Sól: 12.11 g;	Wartość energetyczna: 2449.27 kcal; Białko ogółem: 116.80 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 371.12 g; W tym cukry: 85.37 g; Błonnik pok.: 26.06 g; Sól: 8.08 g;	Wartość energetyczna: 2563.95 kcal; Białko ogółem: 119.65 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 396.41 g; W tym cukry: 94.58 g; Błonnik pok.: 34.35 g; Sól: 13.74 g;	

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-19 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 Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g	Bułka 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	Bułka 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	Bułka 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 niejdalnej 30 g Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejdalnej 30 g Sałata lodowa 5 g		Jogurt brzoskwinowy 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 niejdalnej 30 g Pomidor 40 g
	Obiad	Zupa ziemniaczana + 400 g (MLE, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 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 wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 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 wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 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 wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 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.) Kluski 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 wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 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 wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 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.) 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	Bułka 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.) Miód (25g) 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Buraki gotowane słupki + 40 g	Bułka 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	Bułka 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: 2140.15 kcal; Białko ogółem: 86.66 g; Tłuszcz: 62.15 g; Kw. tł. nasy.: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 339.52 g; W tym cukry: 62.18 g; Błonnik pok.: 33.86 g; Sól: 11.90 g;	Wartość energetyczna: 2192.49 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 59.67 g; Kw. tł. nasy.: 23.32 g; Węglowodany ogółem: 342.77 g; W tym cukry: 80.72 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 9.84 g;	Wartość energetyczna: 2203.74 kcal; Białko ogółem: 99.51 g; Tłuszcz: 64.67 g; Kw. tł. nasy.: 17.80 g; Węglowodany ogółem: 358.98 g; W tym cukry: 54.44 g; Błonnik pok.: 48.78 g; Sól: 12.48 g;	Wartość energetyczna: 2448.66 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 67.10 g; Kw. tł. nasy.: 27.57 g; Węglowodany ogółem: 377.72 g; W tym cukry: 85.53 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 11.17 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; Sól: 10.92 g;	Wartość energetyczna: 2309.78 kcal; Białko ogółem: 92.79 g; Tłuszcz: 58.88 g; Kw. tł. nasy.: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 368.56 g; W tym cukry: 120.35 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sól: 8.99 g;	Wartość energetyczna: 2393.38 kcal; Białko ogółem: 99.16 g; Tłuszcz: 69.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 376.09 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 36.03 g; Sól: 13.57 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tłuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-20 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 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>) Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka 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 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>) Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata 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 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>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka 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 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>) Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Pasztet sojowy z pomidorami 60 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Plastry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka 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 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Seler gotowany + puree 50 g (<u>SEL.</u>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Pomidor b/skórki 40 g 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>) Hummus + 50 g (<u>SOJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml 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>) Plastry ogórka świeżego + 40 g Pasta warzywna + 40 g (<u>SEL.</u>) Sałata 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>) Sałata zielona 5 g	Bułka 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>) Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 100 % 0,2l w kartoniku 1 szt	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>) Sałata zielona 5 g
	Obiad	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>) Ryz 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>) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c + 130 g (<u>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 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
	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>) 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>) Sałata zielona 5 g	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>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata 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 Sałata 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>)	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>) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (<u>SOJ.</u>) Sałata 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>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Pasta z groszku zielonego + 50 g Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 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>) Szpinaż rozdrobniony gotowany z olejem + 40 g 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>) 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>) Sałata zielona 5 g Seler gotowany + 40 g (<u>SEL.</u>)
		Wartość energetyczna: 1838.96 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 52.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 293.58 g; W tym cukry: 47.48 g; Błonnik pok.: 35.96 g; Sól: 12.86 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; Sól: 11.41 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; Sól: 13.67 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; Sól: 13.52 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.: 38.60 g; Sól: 13.25 g;	Wartość energetyczna: 2053.25 kcal; Białko ogółem: 80.35 g; Tłuszcz: 54.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 333.22 g; W tym cukry: 79.87 g; Błonnik pok.: 36.33 g; Sól: 10.67 g;	Wartość energetyczna: 2290.24 kcal; Białko ogółem: 96.30 g; Tłuszcz: 67.99 g; Kw. tł. nasy.: 26.53 g; Węglowodany ogółem: 354.07 g; W tym cukry: 81.69 g; Błonnik pok.: 38.26 g; Sól: 14.94 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-21, 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>) 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 Serek śmietankowy naturalny 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g	Płatki 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>) Marchew gotowana + 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</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	Płatki 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>) Sałata zielona 5 g Marchew gotowana + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	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>) 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	Płatki 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>) Sałata zielona 5 g Pasta z brokuła + 40 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	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>) 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 Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Słupki papryki czerwonej + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałata zielona 5 g		Sok jabłkowy 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Indyk z pasieki produkt drobiowy grubo rozdrobniony parzony w osłonce niejadalnej 50 g Masło extra 82% 5 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalafor gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 JĘCZ.</u>) Ryż brązowy + 200 g Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalafor gotowany + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Krupnik jęczmienny + 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 + MIX 400 g (<u>SOJ, SEL, GLU JĘCZ.</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 JĘCZ.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos a'la boloński z tofu + 200 g (<u>SOJ, SEL.</u>) Kalafor 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 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>)	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>) Wędlina sojowa o smaku szynkowym z ziel.pieprz.Produkt roślinny na bazie białka sojowego i pszenne go pakowany w atmosferze oc 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, GLU JĘCZ.</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: 2104.28 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 328.69 g; W tym cukry: 53.19 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sól: 12.50 g;	Wartość energetyczna: 2186.36 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 64.12 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 332.38 g; W tym cukry: 55.69 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sól: 11.12 g;	Wartość energetyczna: 2268.19 kcal; Białko ogółem: 92.77 g; Tłuszcz: 69.19 g; Kw. tł. nasy.: 22.12 g; Węglowodany ogółem: 364.46 g; W tym cukry: 48.48 g; Błonnik pok.: 51.51 g; Sól: 14.69 g;	Wartość energetyczna: 2613.53 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 73.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 397.34 g; W tym cukry: 61.38 g; Błonnik pok.: 24.95 g; Sól: 13.10 g;	Wartość energetyczna: 2186.75 kcal; Białko ogółem: 76.55 g; Tłuszcz: 67.70 g; Kw. tł. nasy.: 26.26 g; Węglowodany ogółem: 345.01 g; W tym cukry: 52.94 g; Błonnik pok.: 34.23 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2431.29 kcal; Białko ogółem: 76.77 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 35.86 g; Węglowodany ogółem: 367.35 g; W tym cukry: 99.10 g; Błonnik pok.: 29.36 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2521.45 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 73.65 g; Kw. tł. nasy.: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 393.70 g; W tym cukry: 78.29 g; Błonnik pok.: 32.76 g; Sól: 14.79 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
2026-09-22 wtorek	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.) Ser wędzony 50 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Ser wędzony 50 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 70 g (SOJ.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 40 g Sałata lodowa 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser wędzony 50 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z natką pietruszki + 50 g (MLE.) Dymia gotowana z olejem puree + 40 g Mus z jabłek () b/c 100 g Miód (25g) 2 szt Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser wędzony 50 g (MLE.) Miód (25g) 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 1 szt 1 szt Rzodkiew biała 40 g Sałata lodowa 5 g
	II ŚN			Chipsy z selera 50 g (SEL.)	Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt brzoskwiowy 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z jaj pieczony dieta + 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Buraki gotowane z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Kapuśniak z kapusty białej + 400 g (GLU PSZ, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Sałata zielona 5 g		Galaretką z owocami bez dodatku cukru 123g 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Szynkowa dębowa kieł.wp.gr.rozd.wędz.parzo.z dodat.wody w osł.niejad 30 g Masło extra 82% 5 g (MLE.) Sałata zielona 5 g
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 120 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g Pomidor 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 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.) Ogórek świeży słupki + 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Banana 1/2 szt. 1 Por Marchew 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.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek świeży słupki + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Marchew talarki gotowane + 40 g
		Wartość energetyczna: 2462.77 kcal; Białko ogółem: 90.97 g; Tłuszcz: 80.22 g; Kw. tł. nasy.: 26.74 g; Węglowodany ogółem: 361.03 g; W tym cukry: 104.20 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sól: 11.96 g;	Wartość energetyczna: 2300.86 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 346.94 g; W tym cukry: 109.30 g; Błonnik pok.: 25.77 g; Sól: 11.82 g;	Wartość energetyczna: 2417.85 kcal; Białko ogółem: 109.10 g; Tłuszcz: 89.78 g; Kw. tł. nasy.: 22.02 g; Węglowodany ogółem: 332.21 g; W tym cukry: 54.96 g; Błonnik pok.: 47.11 g; Sól: 14.40 g;	Wartość energetyczna: 2582.39 kcal; Białko ogółem: 105.84 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 376.78 g; W tym cukry: 113.56 g; Błonnik pok.: 27.23 g; Sól: 14.05 g;	Wartość energetyczna: 2358.77 kcal; Białko ogółem: 73.84 g; Tłuszcz: 81.35 g; Kw. tł. nasy.: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 350.68 g; W tym cukry: 104.91 g; Błonnik pok.: 34.24 g; Sól: 11.73 g;	Wartość energetyczna: 2563.14 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 71.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 408.42 g; W tym cukry: 169.78 g; Błonnik pok.: 27.80 g; Sól: 9.14 g;	Wartość energetyczna: 2850.94 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 94.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.14 g; Węglowodany ogółem: 415.40 g; W tym cukry: 129.11 g; Błonnik pok.: 34.17 g; Sól: 14.20 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	
2026-09-23 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 40 g Sałata 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 Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Arbuz 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 40 g Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) 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 Sałata zielona 5 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Miód (25g) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt Marchew gotowana z olejem puree + 40 g Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Arbuz 150 g Pomidor 40 g Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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>) Sałata 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 Szyunka pieczona w plasterach + 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 cukini 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>) Szyunka pieczona w plasterach + 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>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL</u>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Szyunka 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>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szyunka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata 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 Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL</u>) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 5 g Szyunka 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>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL</u>) Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Szyunka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Sałata 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>) Pomidor 40 g 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 puree + 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>) Paprykarz z mintaja z warzywami + 50 g (<u>RYB, SOJ, SEL</u>) Pomidor 40 g Kakao z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE</u>) Sałata lodowa 5 g Szyunka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ogórek świeży 40 g	
	Wartość energetyczna: 2211.08 kcal; Białko ogółem: 98.21 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 22.70 g; Węglowodany ogółem: 350.72 g; W tym cukry: 90.29 g; Błonnik pok.: 31.89 g; Sól: 12.89 g;	Wartość energetyczna: 2333.73 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 64.65 g; Kw. tł. nasy.: 25.92 g; Węglowodany ogółem: 340.35 g; W tym cukry: 93.34 g; Błonnik pok.: 26.10 g; Sól: 12.23 g;	Wartość energetyczna: 2345.83 kcal; Białko ogółem: 129.93 g; Tłuszcz: 84.38 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 315.72 g; W tym cukry: 51.34 g; Błonnik pok.: 44.79 g; Sól: 14.34 g;	Wartość energetyczna: 2703.21 kcal; Białko ogółem: 134.16 g; Tłuszcz: 78.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 388.63 g; W tym cukry: 116.69 g; Błonnik pok.: 27.55 g; Sól: 13.03 g;	Wartość energetyczna: 2473.06 kcal; Białko ogółem: 71.80 g; Tłuszcz: 106.44 g; Kw. tł. nasy.: 43.50 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; W tym cukry: 99.78 g; Błonnik pok.: 29.69 g; Sól: 11.15 g;	Wartość energetyczna: 2406.52 kcal; Białko ogółem: 115.44 g; Tłuszcz: 65.37 g; Kw. tł. nasy.: 30.89 g; Węglowodany ogółem: 361.48 g; W tym cukry: 117.87 g; Błonnik pok.: 29.29 g; Sól: 10.52 g;	Wartość energetyczna: 2687.84 kcal; Białko ogółem: 122.93 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 410.78 g; W tym cukry: 124.34 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sól: 14.22 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
2026-09-24 czwartek	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Rzodkiew biała 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor b/skórki 40 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Powidła śliwkowe 30 g Pomidor b/skórki 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Sałata zielona 5 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pasta warzywna + 80 g (SEL.) Sałata zielona 5 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-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 40 g Sałata zielona 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Pasta warzywna + 40 g (SEL.)
	II SN			Ślupki z marchewki + 50 g			Kasza manna z jabłkiem prażonym mix 200 g (GLU PSZ, MLE.)	Ślupki z marchewki + 50 g
	Obiad	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g (MLE.) 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 (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 300 g Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet wieprzowy na parze + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Makaron Spaghetti 200 g (GLU PSZ.) Sos a'la boloński z zieloną soczewicą + 200 g (SEL.) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa dyniowa z ziemniakami + mix 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Pulpet wieprzowy na parze + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt Sos pietruszkowy + 100 g (MLE.)	Zupa dyniowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kociółek z kurczaka meksykański + 200 g (MLE.) Buraki tarte na ciepło + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Kasza manna z jabłkiem prażonym 200 g (GLU PSZ, MLE.)
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 5 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor b/skórki 40 g	Chleb razowy żytnio-pszenno 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) 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 (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek + 50 g (MLE.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śliwka 150 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Sałata 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Ser żółty 60 g (MLE.) Twarożek + 50 g (MLE.) Pomidor 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śliwka 150 g Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Porzeczkowy twarożek + 60 g (MLE.) Miód (25g) 1 szt Kalafior gotowany z olejem puree + 40 g Sałata zielona 5 [Por] x 20 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Pierś delikatna z kurnej półki produkt drobiowy z połączonych kawałków fileta z kurczaka, parzona w osłonce niejadalnej. 50 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Twarożek + 50 g (MLE.) Pomidor 50 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Śliwka 150 g Sałata 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; Sól: 12.76 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: 65.40 g; Błonnik pok.: 24.51 g; Sól: 10.91 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; Sól: 12.36 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; Sól: 11.19 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; Sól: 10.84 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; Sól: 10.76 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; Sól: 13.04 g;

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzykowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-25 piątek	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>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Ogórek świeży 40 g Sałata 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>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) 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 (<u>MLE,</u>) Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 5 g Pomidor 40 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>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) 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	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>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Ogórek świeży 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Miód (25g) 2 szt Seler gotowany puree + 40 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 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>) Serek ziarnisty naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli + 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR, GLU OW,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Masło extra 82% 5 g (<u>MLE,</u>) Serek homo. naturalny 30 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 5 g
	Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kotlet z morskczuka + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Pulpet z morskczuka na parze + 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt		Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Golabki z kaszy gryczanej z pieczarkami 200 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,</u>) Sos pieczarkowy + 100 g (<u>MLE, SOJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane puree 200 g (<u>MLE,</u>) Pulpet z morskczuka na parze + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Sos cytrynowy + 100 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Buraki gotowane z olejem puree + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa pomidorowa z makaronem + 400 g (<u>GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 250 g Kotlet z morskczuka + 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SOJ,</u>) Bukiet warzyw gotowanych + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	
	PD			Budyń o smaku czekoladowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)		Budyń o smaku czekoladowym z/c 200 ml (<u>MLE,</u>)	
	Kolacja	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>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Dżem 50 g Seler naciowy słupki + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Seler naciowy słupki + 80 g (<u>SEL,</u>) Sałata zielona 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) 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 (<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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Sałata zielona 5 g Marchew talarki gotowane + 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło extra 82% 10 g (<u>MLE,</u>) Pasta z warzyw i szynki drobiowej + 70 g (<u>SEL,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) 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 (<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>) Mięsiwo z zalewy- wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 50 g Dżem 50 g Sałata zielona 5 g Seler naciowy słupki + 80 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2172.78 kcal; Białko ogółem: 91.97 g; Tłuszcz: 54.44 g; Kw. tł. nasy.: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 354.49 g; W tym cukry: 82.43 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 12.35 g;	Wartość energetyczna: 2401.25 kcal; Białko ogółem: 99.12 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 370.14 g; W tym cukry: 107.90 g; Błonnik pok.: 22.76 g; Sól: 10.61 g;	Wartość energetyczna: 2344.90 kcal; Białko ogółem: 117.07 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 331.55 g; W tym cukry: 49.01 g; Błonnik pok.: 42.98 g; Sól: 13.68 g;	Wartość energetyczna: 2777.03 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 73.10 g; Kw. tł. nasy.: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 426.99 g; W tym cukry: 126.40 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sól: 11.37 g;	Wartość energetyczna: 2436.37 kcal; Białko ogółem: 89.32 g; Tłuszcz: 77.58 g; Kw. tł. nasy.: 36.62 g; Węglowodany ogółem: 375.71 g; W tym cukry: 74.60 g; Błonnik pok.: 38.94 g; Sól: 11.44 g;	Wartość energetyczna: 2659.39 kcal; Białko ogółem: 113.14 g; Tłuszcz: 70.57 g; Kw. tł. nasy.: 32.19 g; Węglowodany ogółem: 407.69 g; W tym cukry: 141.71 g; Błonnik pok.: 22.71 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2583.08 kcal; Białko ogółem: 107.53 g; Tłuszcz: 64.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.72 g; Węglowodany ogółem: 421.71 g; W tym cukry: 100.83 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sól: 13.57 g;	

		GD- MW Podstawowa	GD- MW Łatwo strawna	GD- MW Cukrzycowa/Z ogr.nasyconych kw.tuszczowych	GD- MW Bogatobiałkowa	GD- MW Wegetariańska	GD- MW Rozdrobniona	GD- MW Podstawowa Psychiatria
2026-09-26 sobota	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.) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Pomidor 40 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Pomidor b/skórki 40 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Dżem 50 g Sałata lodowa 5 g Pomidor b/skórki 40 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	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.) Dżem 50 g Hummus + 50 g (SOJ.) Dżem 50 g Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Serek twarogowy homogenizowany + 60 g (MLE.) Pasta z brokuła + 40 g Buraki gotowane z olejem puree + 40 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Sałata lodowa 5 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Mus z jabłek () b/c 80 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.) Parówki "Polanki" wieprzowe, wędzone, parzone, homogenizowane w osłonce niejadalnej 60 g (SEL.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Pasta warzywna + 40 g (SEL.) Pomidor 40 g Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.)
	II ŚN			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g		Jabłko pieczone 1szt. rozdrobnione 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata lodowa 5 g
	Obiad	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ryz biały + 200 g Kociołek meksykański z fasoli + 300 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ, SOZ.) Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + mix 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 200 g (MLE.) Klopsik z kurczaka pieczony + rozdrobniony 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy dieta + 100 g (MLE.) Marchew gotowana + 130 g Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt	Zupa kalafiorowa z ziemniakami + 400 g (SOJ, MLE, SEL.) Kasza jęczmienna + 200 g (GLU JĘCZ.) Klopsik z kurczaka pieczony + 2 [Por] x 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos cygański + 100 g Surówka z marchwi, jabłka, selera, papryki b/c + 130 g (SEL.) Woda mineralna n/g 0,5l 1 szt
	PD			Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Galaretką jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (MLE.)		Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE.)	Galaretką jogurtowa o smaku pomarańczowym 200 g (MLE.)
	Kolacja	Pomidor 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.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 60 g (MLE.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Pomidor 40 g Chleb razowy żytnio-pszenny 130 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Twarożek z koperkiem + 60 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Pomidor b/skórki 40 g	Pomidor 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.) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g	Bułka pszenna długa krojona 130 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 10 g (MLE.) Twarożek z koperkiem + 70 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Sałata lodowa 5 g	Pomidor 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.) Twarożek z koperkiem + 50 g (MLE.) Schab Szlachecki wieprzowy, wędzony, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Sałata lodowa 5 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt Rzodkiew biała 40 g
		Wartość energetyczna: 2538.97 kcal; Białko ogółem: 97.64 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 30.51 g; Węglowodany ogółem: 371.95 g; W tym cukry: 88.90 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sól: 13.51 g;	Wartość energetyczna: 2310.73 kcal; Białko ogółem: 93.32 g; Tłuszcz: 53.91 g; Kw. tł. nasy.: 21.32 g; Węglowodany ogółem: 382.65 g; W tym cukry: 106.59 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sól: 11.14 g;	Wartość energetyczna: 2422.89 kcal; Białko ogółem: 111.84 g; Tłuszcz: 88.70 g; Kw. tł. nasy.: 24.49 g; Węglowodany ogółem: 343.32 g; W tym cukry: 42.04 g; Błonnik pok.: 48.05 g; Sól: 14.56 g;	Wartość energetyczna: 2710.62 kcal; Białko ogółem: 113.11 g; Tłuszcz: 61.72 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 446.25 g; W tym cukry: 107.72 g; Błonnik pok.: 30.34 g; Sól: 12.93 g;	Wartość energetyczna: 2584.50 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 437.80 g; W tym cukry: 114.25 g; Błonnik pok.: 43.61 g; Sól: 13.75 g;	Wartość energetyczna: 2261.84 kcal; Białko ogółem: 88.90 g; Tłuszcz: 55.84 g; Kw. tł. nasy.: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 371.08 g; W tym cukry: 122.78 g; Błonnik pok.: 32.27 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2928.86 kcal; Białko ogółem: 116.03 g; Tłuszcz: 93.84 g; Kw. tł. nasy.: 34.83 g; Węglowodany ogółem: 435.60 g; W tym cukry: 89.42 g; Błonnik pok.: 38.70 g; Sól: 15.62 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
2026-09-27 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb razowy żytnio-pszenno 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	Bułka 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-pszenno 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	Bułka 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-pszenno 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	Bułka 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>) Jabłko pieczone 1szt. puree 1 szt 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-pszenno 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>) Pomidor 40 g Ser wędzony 50 g (<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 Seler gotowany + 130 g (<u>SEL.</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 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 Seler gotowany + 150 g (<u>SEL.</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 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 + rozdrobniony 100 g Seler gotowany + 130 g (<u>SEL.</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 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-pszenno 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>) Salata zielona 5 g Pomidor b/skórki 40 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Seler gotowany + 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>) 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-pszenno 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>)	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>) 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-pszenno 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>)	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>) Salata zielona 5 g Seler gotowany + 80 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 30 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 5 g 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; Sól: 12.54 g;	Wartość energetyczna: 1954.15 kcal; Białko ogółem: 97.78 g; Tłuszcz: 72.69 g; Kw. tł. nasy.: 24.44 g; Węglowodany ogółem: 284.56 g; W tym cukry: 40.00 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 10.64 g;	Wartość energetyczna: 2056.88 kcal; Białko ogółem: 93.96 g; Tłuszcz: 70.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 300.35 g; W tym cukry: 41.45 g; Błonnik pok.: 44.18 g; Sól: 13.70 g;	Wartość energetyczna: 2278.91 kcal; Białko ogółem: 107.22 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; W tym cukry: 65.53 g; Błonnik pok.: 26.95 g; Sól: 10.99 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: 77.71 g; Błonnik pok.: 39.34 g; Sól: 11.97 g;	Wartość energetyczna: 2311.47 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.23 g; Węglowodany ogółem: 359.13 g; W tym cukry: 77.71 g; Błonnik pok.: 29.94 g; Sól: 10.19 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; Sól: 12.69 g;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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