

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydz. soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr. tłuszczu przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Śniadania	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki (bez mlek) 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Sałata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <u>JAJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Dżem 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na napoju sojowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab gotowany 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II-SN			Biszkopty bimł 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )			
Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Banana 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Banana 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem brązowym (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surożka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Banana 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u> ) Sos koperkowy *(bez mlek) 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Sos koperkowy *(bez mlek) 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surożka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Banana 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Banana 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mlek) * 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluski leniwe z serem 300 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE</u> ) Banana 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miurina) z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miurina) z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miurina) z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt				Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Sałata zielona 10 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2593.76 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 84.81 g; Kw. tł. nasy.: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 379.49 g; W tym cukry: 108.45 g; Błonnik pok.: 21.86 g; Sól: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 2460.40 kcal; Białko ogółem: 99.72 g; Tłuszcz: 65.42 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 383.66 g; W tym cukry: 107.72 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 8.61 g;	Wartość energetyczna: 2720.25 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 85.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 384.10 g; W tym cukry: 108.85 g; Błonnik pok.: 19.53 g; Sól: 8.44 g;	Wartość energetyczna: 2540.31 kcal; Białko ogółem: 112.73 g; Tłuszcz: 84.56 g; Kw. tł. nasy.: 28.86 g; Węglowodany ogółem: 349.59 g; W tym cukry: 74.41 g; Błonnik pok.: 25.50 g; Sól: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 2488.09 kcal; Białko ogółem: 112.46 g; Tłuszcz: 107.32 g; Kw. tł. nasy.: 41.44 g; Węglowodany ogółem: 277.47 g; W tym cukry: 21.60 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sól: 15.00 g;	Wartość energetyczna: 2901.73 kcal; Białko ogółem: 111.59 g; Tłuszcz: 94.04 g; Kw. tł. nasy.: 40.77 g; Węglowodany ogółem: 420.37 g; W tym cukry: 107.40 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sól: 11.94 g;	Wartość energetyczna: 2266.20 kcal; Białko ogółem: 68.96 g; Tłuszcz: 53.09 g; Kw. tł. nasy.: 26.85 g; Węglowodany ogółem: 393.19 g; W tym cukry: 120.19 g; Błonnik pok.: 19.02 g; Sól: 6.17 g;	Wartość energetyczna: 1972.19 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 73.83 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 254.77 g; W tym cukry: 31.24 g; Błonnik pok.: 30.60 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2651.79 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 400.40 g; W tym cukry: 119.11 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sól: 7.71 g;

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr./tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr./łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska		
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet na okragło, wiewprzowy 70 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Brzoskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Pastę z groszku zielonego b/ml 100 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 40 g Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Brzoskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Brzoskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wiewprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pastę z groszku zielonego b/ml 100 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	
		II SN			Biskopki b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)				
	Oliwat	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Hache wiewprzowo-warzywne* 200 g (SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Hache wiewprzowo-warzywne* 200 g (SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Hache wiewprzowo-warzywne* 200 g (SEL.) Makaron pełnoziarnisty 180 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka) (GLU PSZ, SEL.) Hache wiewprzowo-warzywne* 200 g (SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kopytka ziemniaczane * 300 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (GLU PSZ.) Dymia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Hache wiewprzowo-warzywne* 200 g (SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL, SOJ.) Hache wiewprzowo-warzywne* 200 g (SEL.) Makaron 180 g (GLU PSZ.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD		Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowka kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE.)						
	Kolejka	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 200 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 50 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z mięsem drobiowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmień z tofu * 300 g (SOJ, SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Napój sojowy waniliowy 250ml 1 szt (SOJ.)	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE.)			
		Wartość energetyczna: 2294,22 kcal; Białko ogółem: 103,58 g; Tłuszcz: 86,09 g; Kw. tł. nasy.: 28,22 g; Węglowodany ogółem: 290,75 g; W tym cukry: 68,25 g; Błonnik pok.: 30,86 g; Sol: 8,28 g;	Wartość energetyczna: 2275,55 kcal; Białko ogółem: 106,41 g; Tłuszcz: 73,14 g; Kw. tł. nasy.: 25,17 g; Węglowodany ogółem: 310,05 g; W tym cukry: 83,05 g; Błonnik pok.: 28,34 g; Sol: 5,68 g;	Wartość energetyczna: 2231,55 kcal; Białko ogółem: 101,61 g; Tłuszcz: 66,34 g; Kw. tł. nasy.: 20,86 g; Węglowodany ogółem: 317,80 g; W tym cukry: 87,25 g; Błonnik pok.: 27,59 g; Sol: 5,17 g;	Wartość energetyczna: 2285,03 kcal; Białko ogółem: 103,34 g; Tłuszcz: 68,34 g; Kw. tł. nasy.: 20,84 g; Węglowodany ogółem: 324,16 g; W tym cukry: 75,54 g; Błonnik pok.: 26,49 g; Sol: 5,15 g;	Wartość energetyczna: 2571,08 kcal; Białko ogółem: 111,65 g; Tłuszcz: 99,78 g; Kw. tł. nasy.: 30,40 g; Węglowodany ogółem: 319,82 g; W tym cukry: 40,52 g; Błonnik pok.: 33,31 g; Sol: 11,02 g;	Wartość energetyczna: 2828,45 kcal; Białko ogółem: 143,02 g; Tłuszcz: 90,57 g; Kw. tł. nasy.: 33,48 g; Węglowodany ogółem: 374,74 g; W tym cukry: 108,08 g; Błonnik pok.: 30,03 g; Sol: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 1810,24 kcal; Białko ogółem: 48,12 g; Tłuszcz: 40,59 g; Kw. tł. nasy.: 14,67 g; Węglowodany ogółem: 318,05 g; W tym cukry: 68,76 g; Błonnik pok.: 21,28 g; Sol: 4,24 g;	Wartość energetyczna: 2277,04 kcal; Białko ogółem: 103,11 g; Tłuszcz: 77,13 g; Kw. tł. nasy.: 13,15 g; Węglowodany ogółem: 312,06 g; W tym cukry: 61,81 g; Błonnik pok.: 35,44 g; Sol: 6,11 g;	Wartość energetyczna: 2386,62 kcal; Białko ogółem: 83,95 g; Tłuszcz: 95,09 g; Kw. tł. nasy.: 36,36 g; Węglowodany ogółem: 321,16 g; W tym cukry: 63,02 g; Błonnik pok.: 36,99 g; Sol: 7,51 g;	

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydźz. soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr. iatwio przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska	
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Pomidor b/śkórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Pomidor b/śkórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Twaróg półtłusty 90 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Platki owsiane na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLUOW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 30 g (SOJ.) Pastę z brokuła * 90 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLUOW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasztet z fasoli* 80 g (GLU PSZ, JAJ.) Twaróg półtłusty 100 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II/ŚN			Biszkoty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g				
Obiad	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Gryskowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski śląskie* 300 g (JAJ.) Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlet z jaj-pieczony 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.)				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor b/śkórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor b/śkórki 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ser żółty 50 g (MLE.) Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pomidor 80 g Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Ziemniaki gotowane 180 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Szynka Płastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Dżem 25 g 1 szt Schab gotowany 40 g Pastę z soczewicy czerwonej 100 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Pastę z soczewicy czerwonej 100 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt				
	Wartość energetyczna: 2531.23 kcal; Białko ogółem: 118.06 g; Tłuszcz: 94.31 g; Kw. tł. nasy.: 37.46 g; Węglowodany ogółem: 323.47 g; W tym cukry: 51.59 g; Błonnik pok.: 26.11 g; Sól: 13.13 g;	Wartość energetyczna: 2102.25 kcal; Białko ogółem: 111.28 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 309.99 g; W tym cukry: 57.64 g; Błonnik pok.: 22.36 g; Sól: 9.87 g;	Wartość energetyczna: 2122.95 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 25.49 g; Węglowodany ogółem: 309.99 g; W tym cukry: 58.76 g; Błonnik pok.: 20.64 g; Sól: 9.13 g;	Wartość energetyczna: 2328.72 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 59.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.54 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; W tym cukry: 64.42 g; Błonnik pok.: 17.97 g; Sól: 7.34 g;	Wartość energetyczna: 2466.25 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 89.38 g; Kw. tł. nasy.: 40.03 g; Węglowodany ogółem: 293.09 g; W tym cukry: 19.00 g; Błonnik pok.: 16.02 g; Sól: 16.02 g;	Wartość energetyczna: 2405.42 kcal; Białko ogółem: 124.96 g; Tłuszcz: 69.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.61 g; Węglowodany ogółem: 336.37 g; W tym cukry: 45.22 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sól: 14.20 g;	Wartość energetyczna: 1993.66 kcal; Białko ogółem: 53.83 g; Tłuszcz: 56.16 g; Kw. tł. nasy.: 26.30 g; Węglowodany ogółem: 368.53 g; W tym cukry: 55.37 g; Błonnik pok.: 23.89 g; Sól: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2461.90 kcal; Białko ogółem: 125.49 g; Tłuszcz: 65.91 g; Kw. tł. nasy.: 12.65 g; Węglowodany ogółem: 371.20 g; W tym cukry: 47.45 g; Błonnik pok.: 38.43 g; Sól: 9.79 g;	Wartość energetyczna: 2870.39 kcal; Białko ogółem: 121.74 g; Tłuszcz: 110.97 g; Kw. tł. nasy.: 40.58 g; Węglowodany ogółem: 371.20 g; W tym cukry: 48.21 g; Błonnik pok.: 35.53 g; Sól: 12.27 g;	

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr.fluszczy	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr.liatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Smalana	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor/biskorki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Schab gotowany 40 g Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II SN			Biszkopty biml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa żeberka drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa żeberka drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g			
Chleb	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Brokul gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c () 200 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE</u> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )			
Kolejka	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Sałata jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Sałata jarzynowa* dieta 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Sałata jarzynowa* dieta 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Sałata jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Sałata jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Sałata jarzynowa* dieta 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Dżem 25 g 1 szt Sałata jarzynowa* dieta 80 g ( <u>MLE, SEL</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 40 g Dżem 25 g 1 szt Sałata jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Tulio 50 g ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Sałata jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE</u> )		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ</u> ) Sałata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE</u> )	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa żeberka drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g
	Wartość energetyczna: 2341,87 kcal; Białko ogółem: 114,31 g; Tłuszcz: 66,66 g; Kw. tł. nasy.: 28,76 g; Węglowodany ogółem: 338,06 g; W tym cukry: 48,23 g; Błonnik pok.: 27,20 g; Sol: 9,73 g;	Wartość energetyczna: 2357,94 kcal; Białko ogółem: 116,07 g; Tłuszcz: 62,84 g; Kw. tł. nasy.: 27,46 g; Węglowodany ogółem: 351,41 g; W tym cukry: 55,04 g; Błonnik pok.: 30,12 g; Sol: 7,39 g;	Wartość energetyczna: 2396,53 kcal; Białko ogółem: 132,05 g; Tłuszcz: 59,39 g; Kw. tł. nasy.: 26,14 g; Węglowodany ogółem: 349,62 g; W tym cukry: 49,43 g; Błonnik pok.: 23,33 g; Sol: 6,57 g;	Wartość energetyczna: 2544,29 kcal; Białko ogółem: 135,63 g; Tłuszcz: 62,34 g; Kw. tł. nasy.: 26,30 g; Węglowodany ogółem: 375,51 g; W tym cukry: 58,63 g; Błonnik pok.: 22,17 g; Sol: 8,24 g;	Wartość energetyczna: 2571,28 kcal; Białko ogółem: 126,91 g; Tłuszcz: 89,59 g; Kw. tł. nasy.: 38,95 g; Węglowodany ogółem: 321,94 g; W tym cukry: 32,86 g; Błonnik pok.: 30,89 g; Sol: 14,69 g;	Wartość energetyczna: 2675,30 kcal; Białko ogółem: 133,45 g; Tłuszcz: 73,02 g; Kw. tł. nasy.: 31,46 g; Węglowodany ogółem: 394,87 g; W tym cukry: 58,65 g; Błonnik pok.: 34,89 g; Sol: 9,42 g;	Wartość energetyczna: 1779,37 kcal; Białko ogółem: 66,86 g; Tłuszcz: 40,53 g; Kw. tł. nasy.: 18,66 g; Węglowodany ogółem: 306,45 g; W tym cukry: 55,61 g; Błonnik pok.: 24,42 g; Sol: 6,03 g;	Wartość energetyczna: 2348,92 kcal; Białko ogółem: 103,18 g; Tłuszcz: 66,99 g; Kw. tł. nasy.: 12,38 g; Węglowodany ogółem: 356,42 g; W tym cukry: 35,56 g; Błonnik pok.: 35,02 g; Sol: 9,30 g;	Wartość energetyczna: 2515,52 kcal; Białko ogółem: 95,66 g; Tłuszcz: 89,01 g; Kw. tł. nasy.: 36,72 g; Węglowodany ogółem: 353,15 g; W tym cukry: 53,41 g; Błonnik pok.: 30,80 g; Sol: 9,32 g;

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr./tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr./subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr./tławno przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska	
2026-04-03 piątek	Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszlet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Schab gotowany 40 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z białek z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Schab gotowany 40 g Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki (bez mleka) 50 g ( <u>JAJ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Pasta z jaj z natką pietruszki (bez mleka) 50 g ( <u>JAJ</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
		II/ŚN			Biskopki b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Paszlet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Tofu 50 g ( <u>SOJ</u> )			
2026-04-03 piątek	Obiad	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Ryba w cieście 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Szpinał gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Szpinał gotowany z olejem* 200 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Grzanki pełnoziarniste ( ) 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z brokuła * 50 g	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE</u> )			
2026-04-03 piątek	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
		PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 5 g Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Salata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2627.96 kcal; Białko ogółem: 102.19 g; Tłuszcz: 104.34 g; Kw. tł. nasy.: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 345.53 g; W tym cukry: 68.08 g; Błonnik pok.: 35.81 g; Sol: 8.06 g;	Wartość energetyczna: 2443.96 kcal; Białko ogółem: 111.68 g; Tłuszcz: 68.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.08 g; Węglowodany ogółem: 362.58 g; W tym cukry: 98.44 g; Błonnik pok.: 26.92 g; Sol: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2560.54 kcal; Białko ogółem: 135.56 g; Tłuszcz: 77.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.86 g; Węglowodany ogółem: 345.10 g; W tym cukry: 85.05 g; Błonnik pok.: 25.69 g; Sol: 6.23 g;	Wartość energetyczna: 2618.04 kcal; Białko ogółem: 121.20 g; Tłuszcz: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; W tym cukry: 93.25 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sol: 6.05 g;	Wartość energetyczna: 2940.74 kcal; Białko ogółem: 129.69 g; Tłuszcz: 116.40 g; Kw. tł. nasy.: 41.42 g; Węglowodany ogółem: 405.20 g; W tym cukry: 52.35 g; Błonnik pok.: 61.95 g; Sol: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2912.26 kcal; Białko ogółem: 135.89 g; Tłuszcz: 82.12 g; Kw. tł. nasy.: 33.90 g; Węglowodany ogółem: 427.22 g; W tym cukry: 123.47 g; Błonnik pok.: 26.61 g; Sol: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2057.76 kcal; Białko ogółem: 49.11 g; Tłuszcz: 47.95 g; Kw. tł. nasy.: 22.21 g; Węglowodany ogółem: 377.93 g; W tym cukry: 84.35 g; Błonnik pok.: 17.95 g; Sol: 5.41 g;	Wartość energetyczna: 2283.81 kcal; Białko ogółem: 91.54 g; Tłuszcz: 62.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 358.97 g; W tym cukry: 89.09 g; Błonnik pok.: 29.78 g; Sol: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2635.89 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 89.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.94 g; Węglowodany ogółem: 393.65 g; W tym cukry: 99.75 g; Błonnik pok.: 39.95 g; Sol: 7.04 g;	

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wydz. soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska	
2026-04-04 sobota	Śniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 90 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 90 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 90 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor b/skórki 80 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 90 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 90 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 90 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 50 g ( <u>MLE.</u> ) Dzsem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na napój sojowy 300 ml ( <u>SOJ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek a'la homogenizowany z zieleni 50 g ( <u>MLE.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Dzsem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Cukier 5 g
		II/SN			Biskopki biml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Hummus z ciecierzycy 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z brokuła * 50 g			
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Pulpet ryбно-warzywny (mrnna) 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kluskki śląskie* 300 g ( <u>JAJ.</u> ) Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kotlet z jaj-pieczony 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos bazylkowy* 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Kotlet z jaj 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z marchwi i jabłka b/c 200 g ( <u>MLE.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD			Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			
2026-04-04 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Ser mozzarella kulki 40 g ( <u>MLE.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z tofu i brokuła 100 g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Sobot gotowany 40 g Pasta z tofu i brokuła 100g ( <u>SOJ.</u> ) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g ( <u>SEL.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
		PN		Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twaróg 50 g ( <u>MLE.</u> ) Salata zielona 10 g		Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Mus-przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )
		Wartość energetyczna: 2522,62 kcal; Białko ogółem: 98,06 g; Tłuszcz: 104,53 g; Kw. tł. nasy.: 41,13 g; Węglowodany ogółem: 322,42 g; W tym cukry: 43,78 g; Błonnik pok.: 30,93 g; Sol: 7,65 g;	Wartość energetyczna: 2536,02 kcal; Białko ogółem: 104,61 g; Tłuszcz: 95,57 g; Kw. tł. nasy.: 35,52 g; Węglowodany ogółem: 334,93 g; W tym cukry: 48,66 g; Błonnik pok.: 29,80 g; Sol: 6,39 g;	Wartość energetyczna: 2330,74 kcal; Białko ogółem: 107,11 g; Tłuszcz: 79,36 g; Kw. tł. nasy.: 31,79 g; Węglowodany ogółem: 349,32 g; W tym cukry: 52,01 g; Błonnik pok.: 27,97 g; Sol: 5,55 g;	Wartość energetyczna: 2391,12 kcal; Białko ogółem: 100,51 g; Tłuszcz: 72,47 g; Kw. tł. nasy.: 29,19 g; Węglowodany ogółem: 349,32 g; W tym cukry: 66,53 g; Błonnik pok.: 23,67 g; Sol: 5,15 g;	Wartość energetyczna: 2936,39 kcal; Białko ogółem: 127,29 g; Tłuszcz: 126,51 g; Kw. tł. nasy.: 49,91 g; Węglowodany ogółem: 389,97 g; W tym cukry: 36,07 g; Błonnik pok.: 55,68 g; Sol: 8,53 g;	Wartość energetyczna: 2621,34 kcal; Białko ogółem: 115,12 g; Tłuszcz: 107,80 g; Kw. tł. nasy.: 41,07 g; Węglowodany ogółem: 369,97 g; W tym cukry: 50,86 g; Błonnik pok.: 32,36 g; Sol: 7,93 g;	Wartość energetyczna: 2174,95 kcal; Białko ogółem: 50,95 g; Tłuszcz: 67,19 g; Kw. tł. nasy.: 28,04 g; Węglowodany ogółem: 363,49 g; W tym cukry: 55,36 g; Błonnik pok.: 28,81 g; Sol: 4,21 g;	Wartość energetyczna: 2411,03 kcal; Białko ogółem: 94,62 g; Tłuszcz: 95,97 g; Kw. tł. nasy.: 42,05 g; Węglowodany ogółem: 339,58 g; W tym cukry: 58,72 g; Błonnik pok.: 33,27 g; Sol: 7,02 g;	Wartość energetyczna: 2559,95 kcal; Białko ogółem: 84,07 g; Tłuszcz: 112,87 g; Kw. tł. nasy.: 42,05 g; Węglowodany ogółem: 329,60 g; W tym cukry: 42,18 g; Błonnik pok.: 34,05 g; Sol: 8,53 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr.fluszczy	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmielczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 5 g Sernik 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g Sernik 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Salata zielona 20 g Pomidor/b/skórki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 5 g Sernik 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wierzpowa,wędzona,z wodą dodaną. 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Kasza manna na napój sojowy 300 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% 10 g ( <u>SOJ.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Schab gotowany 40 g Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Cukier 5 g Ciasto drożdżowe b/c 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> ) Tolu 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidorki koktajlowe 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 5 g Sernik 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> )
		II SN			Biskopki b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g				
2026-04-05 niedziela	Obiad	Zurek z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Kotlet schabowy 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 100 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Blika schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zurek z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Blika schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zurek z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Blika schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Blika schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Blika schabowa duszona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Sos własny () 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zurek z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Kotlety sojowe panierowane 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		
		PD		Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
2026-04-05 niedziela	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Cwikła z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE, SO2.</u> ) Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Papryka świeża 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	
		PN	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% 10 g Pasta z fasoli 50 g Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% 10 g Pasta z fasoli 50 g Sałata zielona 10 g	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Wafle ryżowe 30 g	Chalka 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2424.30 kcal; Białko ogółem: 111.05 g; Tłuszcz: 78.96 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 337.16 g; W tym cukry: 58.39 g; Błonnik pok.: 26.33 g; Sol: 9.40 g;	Wartość energetyczna: 2409.76 kcal; Białko ogółem: 120.26 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.98 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; W tym cukry: 65.82 g; Błonnik pok.: 23.40 g; Sol: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2611.69 kcal; Białko ogółem: 131.04 g; Tłuszcz: 75.92 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 340.89 g; W tym cukry: 64.50 g; Błonnik pok.: 22.47 g; Sol: 8.43 g;	Wartość energetyczna: 2720.31 kcal; Białko ogółem: 137.46 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 33.99 g; Węglowodany ogółem: 347.82 g; W tym cukry: 47.15 g; Błonnik pok.: 17.81 g; Sol: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2791.08 kcal; Białko ogółem: 136.79 g; Tłuszcz: 90.73 g; Kw. tł. nasy.: 41.79 g; Węglowodany ogółem: 338.18 g; W tym cukry: 36.19 g; Błonnik pok.: 23.98 g; Sol: 14.34 g;	Wartość energetyczna: 2715.45 kcal; Białko ogółem: 151.30 g; Tłuszcz: 78.43 g; Kw. tł. nasy.: 36.29 g; Węglowodany ogółem: 371.24 g; W tym cukry: 58.97 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sol: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2257.16 kcal; Białko ogółem: 62.55 g; Tłuszcz: 46.04 g; Kw. tł. nasy.: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 392.70 g; W tym cukry: 59.49 g; Błonnik pok.: 16.13 g; Sol: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2542.19 kcal; Białko ogółem: 122.22 g; Tłuszcz: 57.60 g; Kw. tł. nasy.: 13.63 g; Węglowodany ogółem: 377.29 g; W tym cukry: 43.23 g; Błonnik pok.: 35.43 g; Sol: 8.29 g;	Wartość energetyczna: 2428.97 kcal; Białko ogółem: 104.31 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 357.10 g; W tym cukry: 61.18 g; Błonnik pok.: 32.93 g; Sol: 6.73 g;	

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyd. soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Śniadania	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chrzan ze śmietaną 10 g (MLE, SO2.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Twarożek z zieleni 90 g (MLE.) Pomidor 80 g Twarożek z zieleni 90 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Twarożek z zieleni 90 g (MLE.) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chrzan ze śmietaną 10 g (MLE, SO2.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Twarożek z zieleni 90 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chrzan ze śmietaną 10 g (MLE, SO2.)	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Miód (25g) 1 szt Pomidor 80 g Hummus z ciecierzycy 50 g Schab gotowany 40 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chrzan ze śmietaną 10 g (MLE, SO2.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wędzony, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Hummus z ciecierzycy 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.) Chrzan ze śmietaną 10 g (MLE, SO2.)	
				Biskopki b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.)			
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surowka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokol gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Brokol gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udło gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Brokol gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem pełnoziarnistym 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udło pieczone 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surowka Coleslaw (bez mleka) b/c 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udło gotowane 1szt. 210 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka Coleslaw (bez mleka) b/c 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udło pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surowka Coleslaw (bez mleka) b/c 200 g (JAJ, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka Coleslaw b/c 200 g (JAJ, MLE, GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
				Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.)	Budyń o smaku śmietankowym z/c 200 ml (MLE.)			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 90 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Serek homo. naturalny 90 g (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 90 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 90 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Miód (25g) 1 szt Sałatka jarzynowa z olejem* 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Serek homo. naturalny 90 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Chleb żytni razowy 50 g (GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			
PN	Wartość energetyczna: 2857.89 kcal; Białko ogółem: 133.72 g; Tłuszcz: 118.67 g; Kw. tł. nasy.: 45.22 g; Węglowodany ogółem: 331.07 g; W tym cukry: 72.66 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sól: 11.47 g;	Wartość energetyczna: 2691.66 kcal; Białko ogółem: 149.12 g; Tłuszcz: 91.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 334.41 g; W tym cukry: 77.49 g; Błonnik pok.: 21.79 g; Sól: 8.26 g;	Wartość energetyczna: 2671.42 kcal; Białko ogółem: 146.19 g; Tłuszcz: 87.76 g; Kw. tł. nasy.: 34.45 g; Węglowodany ogółem: 339.53 g; W tym cukry: 79.41 g; Błonnik pok.: 21.94 g; Sól: 7.50 g;	Wartość energetyczna: 2846.36 kcal; Białko ogółem: 145.12 g; Tłuszcz: 88.02 g; Kw. tł. nasy.: 32.93 g; Węglowodany ogółem: 381.80 g; W tym cukry: 101.13 g; Błonnik pok.: 18.00 g; Sól: 7.33 g;	Wartość energetyczna: 3134.06 kcal; Białko ogółem: 148.79 g; Tłuszcz: 137.29 g; Kw. tł. nasy.: 50.76 g; Węglowodany ogółem: 300.90 g; W tym cukry: 19.20 g; Błonnik pok.: 16.82 g; Sól: 15.11 g;	Wartość energetyczna: 3111.41 kcal; Białko ogółem: 162.43 g; Tłuszcz: 105.70 g; Kw. tł. nasy.: 42.91 g; Węglowodany ogółem: 394.90 g; W tym cukry: 100.45 g; Błonnik pok.: 21.02 g; Sól: 9.17 g;	Wartość energetyczna: 2084.95 kcal; Białko ogółem: 47.97 g; Tłuszcz: 45.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.47 g; Węglowodany ogółem: 339.80 g; W tym cukry: 88.65 g; Błonnik pok.: 24.48 g; Sól: 8.04 g;	Wartość energetyczna: 2834.14 kcal; Białko ogółem: 137.53 g; Tłuszcz: 97.03 g; Kw. tł. nasy.: 21.67 g; Węglowodany ogółem: 339.96 g; W tym cukry: 62.86 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.97 g;	Wartość energetyczna: 2679.66 kcal; Białko ogółem: 106.53 g; Tłuszcz: 97.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.05 g; Węglowodany ogółem: 367.02 g; W tym cukry: 78.89 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 8.97 g;

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr.fluszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr.liatwo przyswajalnych weglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Śniadania	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z białek z natką pietruszki (bez mlek) 100 g ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor/biskorki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki jęczmienne na napoju sojowym 300 ml ( <b>SOJ, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy.grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II / SN			Biszkopty b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>SOJ.</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>SOJ.</b> )			
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Gruszka 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Banana 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Gruszka 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ryż na sypko 160 g Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos majeranekowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wieprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL.</b> ) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos majeranekowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Banana 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pierogi z serem - chłodzone 200 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Banana 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mlek) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Gruszka 150 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Gruszka 150 g
	PD		Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy* 50 g ( <b>JAJ.</b> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet z soczewicy* 30 g ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 90 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Sałata zielona 20 g Pomidor/biskorki 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 90 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 90 g ( <b>SOJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 90 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Pasztet z soczewicy* 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE, JAJ.</b> ) Pasztet z soczewicy* 50 g ( <b>JAJ.</b> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <b>MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	PN	Mus - przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )			Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Sałata zielona 10 g	Mus - przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )		Mus - przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus - przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2733,82 kcal; Białko ogółem: 109,39 g; Tłuszcz: 72,40 g; Kw. tł. nasy.: 30,55 g; Węglowodany ogółem: 436,48 g; W tym cukry: 153,07 g; Błonnik pok.: 26,93 g; Sól: 6,77 g;	Wartość energetyczna: 2810,35 kcal; Białko ogółem: 116,66 g; Tłuszcz: 69,80 g; Kw. tł. nasy.: 28,10 g; Węglowodany ogółem: 454,29 g; W tym cukry: 141,77 g; Błonnik pok.: 28,44 g; Sól: 5,78 g;	Wartość energetyczna: 3086,70 kcal; Białko ogółem: 133,74 g; Tłuszcz: 97,85 g; Kw. tł. nasy.: 32,57 g; Węglowodany ogółem: 441,08 g; W tym cukry: 128,95 g; Błonnik pok.: 27,39 g; Sól: 5,62 g;	Wartość energetyczna: 2774,18 kcal; Białko ogółem: 122,37 g; Tłuszcz: 92,26 g; Kw. tł. nasy.: 33,57 g; Węglowodany ogółem: 382,00 g; W tym cukry: 78,20 g; Błonnik pok.: 26,84 g; Sól: 6,54 g;	Wartość energetyczna: 2658,62 kcal; Białko ogółem: 115,50 g; Tłuszcz: 102,32 g; Kw. tł. nasy.: 38,51 g; Węglowodany ogółem: 324,54 g; W tym cukry: 33,12 g; Błonnik pok.: 27,68 g; Sól: 11,48 g;	Wartość energetyczna: 3110,27 kcal; Białko ogółem: 131,47 g; Tłuszcz: 80,55 g; Kw. tł. nasy.: 34,42 g; Węglowodany ogółem: 492,36 g; W tym cukry: 141,96 g; Błonnik pok.: 30,09 g; Sól: 7,67 g;	Wartość energetyczna: 2215,45 kcal; Białko ogółem: 72,42 g; Tłuszcz: 50,62 g; Kw. tł. nasy.: 21,20 g; Węglowodany ogółem: 392,15 g; W tym cukry: 133,68 g; Błonnik pok.: 23,57 g; Sól: 4,77 g;	Wartość energetyczna: 2324,05 kcal; Białko ogółem: 102,52 g; Tłuszcz: 63,68 g; Kw. tł. nasy.: 13,62 g; Węglowodany ogółem: 359,04 g; W tym cukry: 52,76 g; Błonnik pok.: 32,31 g; Sól: 6,15 g;	Wartość energetyczna: 2896,67 kcal; Białko ogółem: 108,87 g; Tłuszcz: 83,09 g; Kw. tł. nasy.: 31,28 g; Węglowodany ogółem: 456,24 g; W tym cukry: 156,28 g; Błonnik pok.: 32,72 g; Sól: 6,57 g;

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr.fluszczy	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołqdkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska	
Sniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Platki owsiane na napojach sojowych 300 ml ( <u>SOJ, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Margaryna drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pastę z groszku zielonego b/ml 100 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Platki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pastę z groszku zielonego b/ml 100 g Jabłko 150 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II/ŚN			Biskopki b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )				
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszanej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/szytko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml		Kapuśniak z kapusty kiszanej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszanej * 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza jęczmienna/szytko 180 g ( <u>GLU JEJCZ.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 200 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEJCZ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> ) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g ( <u>SOJ, SEL, GLU JEJCZ.</u> ) Sos koperkowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE.</u> ) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ., SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ., SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Pomidor/śmietana 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ., SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ., SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ., SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadanej 40g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ., SOJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 50 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser topiony 50 g ( <u>MLE.</u> ) Paszet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	
	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )		Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadanej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 70 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadanej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadanej 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10 g	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <u>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.</u> )	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE.</u> )	
	Wartość energetyczna: 2462,20 kcal; Białko ogółem: 116,01 g; Tłuszcz: 74,69 g; Kw. tł. nasy.: 30,08 g; Węglowodany ogółem: 351,45 g; W tym cukry: 53,81 g; Błonnik pok.: 29,43 g; Sol: 10,96 g;	Wartość energetyczna: 2372,99 kcal; Białko ogółem: 113,84 g; Tłuszcz: 64,03 g; Kw. tł. nasy.: 27,74 g; Węglowodany ogółem: 353,99 g; W tym cukry: 55,36 g; Błonnik pok.: 26,80 g; Sol: 8,07 g;	Wartość energetyczna: 2481,76 kcal; Białko ogółem: 119,28 g; Tłuszcz: 67,27 g; Kw. tł. nasy.: 27,00 g; Węglowodany ogółem: 367,87 g; W tym cukry: 57,65 g; Błonnik pok.: 26,21 g; Sol: 8,26 g;	Wartość energetyczna: 2575,39 kcal; Białko ogółem: 124,79 g; Tłuszcz: 71,54 g; Kw. tł. nasy.: 26,88 g; Węglowodany ogółem: 373,89 g; W tym cukry: 40,30 g; Błonnik pok.: 21,54 g; Sol: 8,39 g;	Wartość energetyczna: 2693,44 kcal; Białko ogółem: 125,42 g; Tłuszcz: 92,01 g; Kw. tł. nasy.: 37,75 g; Węglowodany ogółem: 350,59 g; W tym cukry: 35,41 g; Błonnik pok.: 24,33 g; Sol: 15,74 g;	Wartość energetyczna: 2642,37 kcal; Białko ogółem: 127,69 g; Tłuszcz: 72,59 g; Kw. tł. nasy.: 30,63 g; Węglowodany ogółem: 391,06 g; W tym cukry: 55,54 g; Błonnik pok.: 26,45 g; Sol: 9,83 g;	Wartość energetyczna: 1878,90 kcal; Białko ogółem: 63,86 g; Tłuszcz: 54,82 g; Kw. tł. nasy.: 20,33 g; Węglowodany ogółem: 302,20 g; W tym cukry: 50,61 g; Błonnik pok.: 26,99 g; Sol: 7,23 g;	Wartość energetyczna: 2371,70 kcal; Białko ogółem: 108,91 g; Tłuszcz: 61,29 g; Kw. tł. nasy.: 13,37 g; Węglowodany ogółem: 372,82 g; W tym cukry: 58,95 g; Błonnik pok.: 38,21 g; Sol: 9,07 g;	Wartość energetyczna: 2429,83 kcal; Białko ogółem: 79,59 g; Tłuszcz: 92,87 g; Kw. tł. nasy.: 33,94 g; Węglowodany ogółem: 345,88 g; W tym cukry: 57,25 g; Błonnik pok.: 42,79 g; Sol: 9,60 g;	

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr./tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr./subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr./tłw przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytny razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb żytny razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb żytny razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Miod (25g) 2 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Miod (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytny 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytny razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pastę z soczewicy czerwonej 100 g Twarożek 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II SN			Biskopki b/ml 30g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytny razowy 50g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30g	Chleb mieszany pszenno-żytny 50g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30g			
Obiad	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100g ( <u>MLE</u> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 100g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 200g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 200g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 200g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z rzodkwi białej i jabłka 200g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami*(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 200g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Makaron 180g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g ( <u>GLU PSZ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml	Szpinakowa z ziemniakami* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300g ( <u>GLU PSZ</u> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200g ( <u>MLE</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300ml
	PD			Jabłko pieczone 150g	Chleb żytny razowy 50g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ.</u> )	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytny 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytny razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 80g ( <u>JAJ.</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	Chleb mieszany pszenno-żytny 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 80g ( <u>JAJ.</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	Bułka pszenna długa krojona 120g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40g Pastę z warzyw i szynki drobiowej 100g ( <u>SEL.</u> ) Pomidor b/skórki 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	Bułka pszenna długa krojona 120g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 80g ( <u>JAJ.</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	Chleb żytny razowy 100g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 80g ( <u>JAJ.</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml	Chleb mieszany pszenno-żytny 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30g Dżem 25g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	Chleb mieszany pszenno-żytny 60g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 30g Dżem 25g 2 szt Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40g ( <u>SOJ.</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	Chleb mieszany pszenno-żytny 100g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15g ( <u>MLE</u> ) Pasztet z fasoli* 80g ( <u>JAJ.</u> ) Twarożek 90g ( <u>MLE</u> ) Papryka świeża 80g Salata zielona 20g Herbata czarna ekspresowa b/c 300ml Cukier 5g	
	PN		Ciasto drożdżowe 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chleb żytny razowy 70g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 30g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u> ) Salata zielona 10g		Ciasto drożdżowe 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Ciasto drożdżowe 50g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2576,43 kcal; Białko ogółem: 108,92 g; Tłuszcz: 77,19 g; Kw. tł. nasy.: 32,25 g; Węglowodany ogółem: 353,81 g; W tym cukry: 54,90 g; Błonnik pok.: 32,46 g; Sól: 8,08 g;	Wartość energetyczna: 2461,72 kcal; Białko ogółem: 111,06 g; Tłuszcz: 70,58 g; Kw. tł. nasy.: 29,61 g; Węglowodany ogółem: 330,77 g; W tym cukry: 49,01 g; Błonnik pok.: 20,14 g; Sól: 8,13 g;	Wartość energetyczna: 2479,06 kcal; Białko ogółem: 118,75 g; Tłuszcz: 69,57 g; Kw. tł. nasy.: 28,56 g; Węglowodany ogółem: 329,98 g; W tym cukry: 49,90 g; Błonnik pok.: 18,42 g; Sól: 6,30 g;	Wartość energetyczna: 2634,08 kcal; Białko ogółem: 114,66 g; Tłuszcz: 73,09 g; Kw. tł. nasy.: 29,53 g; Węglowodany ogółem: 362,02 g; W tym cukry: 59,47 g; Błonnik pok.: 18,65 g; Sól: 7,38 g;	Wartość energetyczna: 2649,17 kcal; Białko ogółem: 124,31 g; Tłuszcz: 84,41 g; Kw. tł. nasy.: 40,95 g; Węglowodany ogółem: 335,20 g; W tym cukry: 31,61 g; Błonnik pok.: 28,71 g; Sól: 11,73 g;	Wartość energetyczna: 2759,12 kcal; Białko ogółem: 129,36 g; Tłuszcz: 79,66 g; Kw. tł. nasy.: 35,17 g; Węglowodany ogółem: 368,56 g; W tym cukry: 49,04 g; Błonnik pok.: 21,79 g; Sól: 9,21 g;	Wartość energetyczna: 2058,61 kcal; Białko ogółem: 61,39 g; Tłuszcz: 37,49 g; Kw. tł. nasy.: 19,06 g; Węglowodany ogółem: 355,26 g; W tym cukry: 88,01 g; Błonnik pok.: 18,88 g; Sól: 5,42 g;	Wartość energetyczna: 2264,96 kcal; Białko ogółem: 92,52 g; Tłuszcz: 60,28 g; Kw. tł. nasy.: 14,11 g; Węglowodany ogółem: 355,71 g; W tym cukry: 64,57 g; Błonnik pok.: 30,32 g; Sól: 5,87 g;	Wartość energetyczna: 2623,45 kcal; Białko ogółem: 108,76 g; Tłuszcz: 68,09 g; Kw. tł. nasy.: 29,41 g; Węglowodany ogółem: 382,42 g; W tym cukry: 51,77 g; Błonnik pok.: 30,32 g; Sól: 5,87 g;

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr./tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr./subst.pobudz.wydz.soku żołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr./tławno przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Śniadania	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2,0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Twarożek 100 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml ( <u>GLU PSZ, SOJ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Twarożek 50 g ( <u>MLE,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Dżem 25 g 1 szt Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	II SN			Biszkopty bimł 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>SOJ,</u> )			
Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <u>RYB,</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <u>GLU, PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <u>RYB,</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU, PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <u>RYB,</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <u>RYB,</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Warzywa po grecku* 200 g ( <u>GLU, PSZ, SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Knedle z truskawkami* 300 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <u>RYB,</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL, GLU, JECZ,</u> ) Knedle z truskawkami* 300 g ( <u>GLU, PSZ,</u> ) Sos jogurtowy naturalny 100 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Pierś gotowana premium-dł produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u> )	Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml ( <u>MLE,</u> )			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z białek z koperkiem 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Szynkowa debowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 100 g ( <u>JAJ,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
	PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> )		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb razowy żytnio-pszenny 70 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kielbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g ( <u>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR,</u> ) Salata zielona 10 g	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE,</u> )	
	Wartość energetyczna: 2292,75 kcal; Białko ogółem: 114,16 g; Tłuszcz: 71,61 g; Kw. tł. nasy.: 31,90 g; Węglowodany ogółem: 320,33 g; W tym cukry: 75,94 g; Błonnik pok.: 26,90 g; Sól: 9,15 g;	Wartość energetyczna: 2411,77 kcal; Białko ogółem: 118,56 g; Tłuszcz: 69,00 g; Kw. tł. nasy.: 31,83 g; Węglowodany ogółem: 346,79 g; W tym cukry: 96,18 g; Błonnik pok.: 23,90 g; Sól: 8,20 g;	Wartość energetyczna: 2386,19 kcal; Białko ogółem: 127,62 g; Tłuszcz: 68,42 g; Kw. tł. nasy.: 29,06 g; Węglowodany ogółem: 331,03 g; W tym cukry: 73,06 g; Błonnik pok.: 24,36 g; Sól: 6,66 g;	Wartość energetyczna: 2609,41 kcal; Białko ogółem: 134,98 g; Tłuszcz: 73,75 g; Kw. tł. nasy.: 31,33 g; Węglowodany ogółem: 365,14 g; W tym cukry: 80,91 g; Błonnik pok.: 20,02 g; Sól: 6,86 g;	Wartość energetyczna: 2431,59 kcal; Białko ogółem: 125,62 g; Tłuszcz: 84,43 g; Kw. tł. nasy.: 32,69 g; Węglowodany ogółem: 347,35 g; W tym cukry: 35,30 g; Błonnik pok.: 47,88 g; Sól: 12,26 g;	Wartość energetyczna: 2823,09 kcal; Białko ogółem: 134,06 g; Tłuszcz: 80,03 g; Kw. tł. nasy.: 37,99 g; Węglowodany ogółem: 411,47 g; W tym cukry: 121,37 g; Błonnik pok.: 25,59 g; Sól: 10,15 g;	Wartość energetyczna: 1942,55 kcal; Białko ogółem: 45,06 g; Tłuszcz: 47,65 g; Kw. tł. nasy.: 25,29 g; Węglowodany ogółem: 353,70 g; W tym cukry: 57,79 g; Błonnik pok.: 15,61 g; Sól: 4,72 g;	Wartość energetyczna: 2234,37 kcal; Białko ogółem: 108,02 g; Tłuszcz: 75,69 g; Kw. tł. nasy.: 13,23 g; Węglowodany ogółem: 297,75 g; W tym cukry: 44,15 g; Błonnik pok.: 25,75 g; Sól: 7,12 g;	Wartość energetyczna: 2450,98 kcal; Białko ogółem: 85,84 g; Tłuszcz: 73,72 g; Kw. tł. nasy.: 33,13 g; Węglowodany ogółem: 387,32 g; W tym cukry: 74,58 g; Błonnik pok.: 23,19 g; Sól: 6,78 g;

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr./tłuszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr./subst.pobudz.wydz.soku zołądkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr./tławno przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska	
2026-04-11 sobota	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 2,5% t 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g	Platki owsiane na napojowojem 300 ml ( <u>SOJ, GLU OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Schab gotowany 40 g Miod (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE.</u> ) Ogórek kiszony 90 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u> ) Cukier 5 g
		II/ŚN			Biskopki b/ml 30 g ( <u>GLU PSZ, JAJ.</u> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 30 g ( <u>MLE.</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z twarogu ze szezyporkiem 50 g ( <u>MLE.</u> )			
2026-04-11 sobota	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami * 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko 180 g Buraczki gotowane b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Risotto wegetariańskie* 300 g ( <u>SEL.</u> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Risotto wegetariańskie* 300 g ( <u>SEL.</u> ) Sos jarzynowy * 80 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Kociolek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko 180 g Surowka z marchwi z warzywami * 200 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD		Jabko pieczone 150 g	Chleb żytni razowy 50 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynka Pastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <u>SOJ.</u> )	Kefir 2.0% t 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )				
2026-04-11 sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Brzoszwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Brzoszwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wiewrzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	
		PN		Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Chleb żytni razowy 70 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% t 5 g Szynkowa z indyka-produkt blickowy.drobiowy.średnio rozdrobniona.wędzona.parzona 30 g Sałata zielona 10 g	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u> )		
		Wartość energetyczna: 2096.59 kcal; Białko ogółem: 87.41 g; Tłuszcz: 62.21 g; Kw. tł. nasy.: 28.03 g; Węglowodany ogółem: 310.23 g; W tym cukry: 44.99 g; Błonnik pok.: 27.49 g; Soli: 9.72 g;	Wartość energetyczna: 2209.35 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 58.18 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 335.12 g; W tym cukry: 58.16 g; Błonnik pok.: 21.29 g; Soli: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2227.33 kcal; Białko ogółem: 108.66 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 334.48 g; W tym cukry: 59.16 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Soli: 5.43 g;	Wartość energetyczna: 2229.92 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 57.18 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 342.76 g; W tym cukry: 50.79 g; Błonnik pok.: 20.12 g; Soli: 6.34 g;	Wartość energetyczna: 2416.71 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 86.59 g; Kw. tł. nasy.: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 305.22 g; W tym cukry: 26.75 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Soli: 14.91 g;	Wartość energetyczna: 2508.31 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 32.27 g; Węglowodany ogółem: 373.97 g; W tym cukry: 59.94 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Soli: 8.31 g;	Wartość energetyczna: 1872.00 kcal; Białko ogółem: 48.92 g; Tłuszcz: 44.98 g; Kw. tł. nasy.: 18.93 g; Węglowodany ogółem: 335.45 g; W tym cukry: 68.43 g; Błonnik pok.: 23.90 g; Soli: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2068.72 kcal; Białko ogółem: 83.11 g; Tłuszcz: 55.05 g; Kw. tł. nasy.: 10.19 g; Węglowodany ogółem: 333.37 g; W tym cukry: 59.93 g; Błonnik pok.: 32.13 g; Soli: 9.28 g;	

	W-wa- WOL 1 Podstawowa	W-wa- WOL 2 Łatwostrawna	W-wa- WOL 3 Łatwostrawna z ogr.fluszczu	W-wa- WOL 4 Łatwostrawna z ogr.subst.pobudz.wydz.soku zołqdkowego	W-wa- WOL 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- WOL 9 Bogatobiałkowa	W-wa- WOL 10 Niskobiałkowa	W-wa- WOL ML Bezmleczna	W-wa- WOL WE Wegetariańska
Sniadania	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 40 g Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor b/skórki 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z białek z natką pietruszki 100 g ( <b>JAJ, MLE.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> ) Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</b> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Dżem 25 g 1 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ.</b> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Kakao z napojem sjojowym b/c 300 ml ( <b>SOJ.</b> ) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus z ciecierzycy 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Cukier 5 g
	II SN			Biszkopty bimł 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> )	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Hummus z ciecierzycy 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Piers gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonec niejadalnej. 30g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> )			
Obiad	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pelmoziarnym (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z makaronem pelmoziarnym (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Knedle z truskawkami * 300 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <b>MLE.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Pulpet wieprzowy 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Sos własny 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Kotlety z soczewicy () 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ.</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD			Kisiel o smaku cytrynowym z/c 200 ml	Chleb żytni razowy 50 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )			
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb żytni razowy 20g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Mixsałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Mixsałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb żytni razowy 100 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Jabłko 150 g Mixsałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Mixsałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Tofu 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Mixsałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <b>MLE.</b> ) Tofu 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Banan 150 g Mixsałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	
	PN		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )	Chleb żytni razowy 70 g ( <b>GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Piers gotowana premium-dr. produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonec niejadalnej. 30g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Sałata zielona 10 g		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )		Wafle ryżowe 30 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )
	Wartość energetyczna: 2343.88 kcal; Białko ogółem: 101.17 g; Tłuszcz: 67.41 g; Kw. tł. nasy.: 28.02 g; Węglowodany ogółem: 322.37 g; W tym cukry: 75.01 g; Błonnik pok.: 23.88 g; Sol: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2355.21 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 64.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.68 g; Węglowodany ogółem: 331.83 g; W tym cukry: 74.66 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sol: 7.73 g;	Wartość energetyczna: 2478.26 kcal; Białko ogółem: 120.18 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 28.94 g; Węglowodany ogółem: 320.26 g; W tym cukry: 67.44 g; Błonnik pok.: 22.98 g; Sol: 6.59 g;	Wartość energetyczna: 2541.89 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 74.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; W tym cukry: 66.47 g; Błonnik pok.: 18.79 g; Sol: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 2376.01 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 82.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.31 g; Węglowodany ogółem: 300.23 g; W tym cukry: 32.43 g; Błonnik pok.: 18.54 g; Sol: 11.67 g;	Wartość energetyczna: 2637.32 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 73.84 g; Kw. tł. nasy.: 32.24 g; Węglowodany ogółem: 369.90 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 26.25 g; Sol: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2099.43 kcal; Białko ogółem: 49.67 g; Tłuszcz: 38.25 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 381.25 g; W tym cukry: 17.54 g; Błonnik pok.: 23.47 g; Sol: 5.61 g;	Wartość energetyczna: 2100.23 kcal; Białko ogółem: 99.44 g; Tłuszcz: 57.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.25 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; W tym cukry: 56.33 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sol: 6.29 g;	Wartość energetyczna: 2592.13 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 86.74 g; Kw. tł. nasy.: 26.40 g; Węglowodany ogółem: 356.04 g; W tym cukry: 74.16 g; Błonnik pok.: 30.71 g; Sol: 6.31 g;

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-03-30 poniedziałek	Sniadania	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser żółty 40 g (MLE) Jajko gotowane kł M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) mielona Szywnka Piastowska- wd, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany (bez soli) 40 g Jajko gotowane kł M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki pszenne na napoju sojowym 300 ml (GLU, PSZ, SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 50 g (SOJ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml					
	II SN									
2026-03-30 poniedziałek	Obiad	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL) Sos koperkowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 120 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL)	Brokułowa z ryżem (bez mleka, bez soli) * 400 ml (SEL) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Banan 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Gulasz warzywny z ciecierzycą * 150 g (GLU, PSZ, SEL) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Banan 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml (SEL) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Banan 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ) Sos koperkowy * 80 ml (GLU, PSZ, MLE) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml (SEL)	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml (SEL) Pulpet wieprzowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ) Sos koperkowy (bez mleka) 80 ml (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 300 ml (SEL) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) (bez glutenu) 100 g (JAJ, SEL) Sos koperkowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	
	PD	Wafle ryżowe 30 g								
2026-03-30 poniedziałek	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (RYB, SEL) Filet z kurczaka gotowany 40 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Mielona Szywnka dietowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z ryby gotowanej (minuta) z warzywami (p/soli) 100 g (RYB, SEL) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 80 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 5 g					
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt								
	Wartość energetyczna: 2126.79 kcal; Białko ogółem: 78.56 g; Tłuszcz: 97.00 g; Kw. tł. nasy.: 33.23 g; Węglowodany ogółem: 254.28 g; W tym cukry: 29.04 g; Błonnik pok.: 31.96 g; Sól: 5.50 g;	Wartość energetyczna: 2379.69 kcal; Białko ogółem: 119.73 g; Tłuszcz: 79.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.17 g; Węglowodany ogółem: 311.39 g; W tym cukry: 49.50 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sól: 7.83 g;	Wartość energetyczna: 2514.39 kcal; Białko ogółem: 110.70 g; Tłuszcz: 66.63 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 382.83 g; W tym cukry: 107.17 g; Błonnik pok.: 21.18 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2325.16 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 397.17 g; W tym cukry: 79.07 g; Błonnik pok.: 47.75 g; Sól: 7.24 g;	Wartość energetyczna: 1167.74 kcal; Białko ogółem: 35.33 g; Tłuszcz: 19.50 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 215.46 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 7.30 g; Sól: 2.09 g;	Wartość energetyczna: 770.40 kcal; Białko ogółem: 36.92 g; Tłuszcz: 20.85 g; Kw. tł. nasy.: 5.01 g; Węglowodany ogółem: 118.17 g; W tym cukry: 8.81 g; Błonnik pok.: 17.82 g; Sól: 1.93 g;	Wartość energetyczna: 802.84 kcal; Białko ogółem: 36.63 g; Tłuszcz: 20.12 g; Kw. tł. nasy.: 4.91 g; Węglowodany ogółem: 128.59 g; W tym cukry: 18.49 g; Błonnik pok.: 16.78 g; Sól: 1.91 g;	Wartość energetyczna: 1167.74 kcal; Białko ogółem: 35.33 g; Tłuszcz: 19.50 g; Kw. tł. nasy.: 8.79 g; Węglowodany ogółem: 215.46 g; W tym cukry: 84.63 g; Błonnik pok.: 7.30 g; Sól: 2.09 g;	Wartość energetyczna: 701.87 kcal; Białko ogółem: 29.01 g; Tłuszcz: 16.07 g; Kw. tł. nasy.: 2.62 g; Węglowodany ogółem: 120.33 g; W tym cukry: 19.59 g; Błonnik pok.: 17.52 g; Sól: 1.88 g;	

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-03-31 wtorek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Schab gotowany 40 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielony Schab Benedyktynski wieprzowy, parzony z dodaną wodą 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml (bez soli) 100 g Bzozskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 100 g ( <u>SEL</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
		II SN								
2026-03-31 wtorek	Obiad	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml ( <u>SEL</u> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <u>MLE</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE</u> ) Dymia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Solferino (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Solferino (bez mleka, bez soli)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli, bez mleka) 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Makaron (bez soli) 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Dymia z wody (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL, SOJ</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlety sojowe panierowane 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Hache wieprzowo-warzywne* 200 g ( <u>SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u> )	Hache wieprzowo-warzywne* 200 g ( <u>SEL</u> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Solferino (bez mleka)* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Hache wieprzowo-warzywne* 200 g ( <u>SEL</u> ) Makaron 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Solferino (bez mleka)* 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )	Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Pieczarkowa z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ</u> )	Szynka wieprzowa gotowana 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml ( <u>SEL</u> )
		PD						Jabłko 150 g		
2026-03-31 wtorek	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadłowej 40 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami (bez soli)* 300 g ( <u>SEL, GLU, JECZ</u> ) Sos pomidorowy (bez soli) 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g ( <u>SOJ, SEL, GLU, JECZ</u> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
		PN	Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt ( <u>MLE</u> )	Napój sojowy waniliowy 250ml 1 szt ( <u>SOJ</u> )						
		Wartość energetyczna: 2127.27 kcal; Białko ogółem: 102.15 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 276.44 g; W tym cukry: 48.98 g; Błonnik pok.: 30.62 g; Sol: 4.42 g;	Wartość energetyczna: 2525.89 kcal; Białko ogółem: 119.57 g; Tłuszcz: 82.80 g; Kw. tł. nasy.: 33.53 g; Węglowodany ogółem: 339.25 g; W tym cukry: 63.50 g; Błonnik pok.: 26.72 g; Sol: 8.09 g;	Wartość energetyczna: 2246.68 kcal; Białko ogółem: 105.59 g; Tłuszcz: 65.74 g; Kw. tł. nasy.: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 321.89 g; W tym cukry: 82.79 g; Błonnik pok.: 31.31 g; Sol: 3.04 g;	Wartość energetyczna: 2254.09 kcal; Białko ogółem: 81.30 g; Tłuszcz: 76.16 g; Kw. tł. nasy.: 8.90 g; Węglowodany ogółem: 336.89 g; W tym cukry: 54.91 g; Błonnik pok.: 49.89 g; Sol: 6.79 g;	Wartość energetyczna: 321.63 kcal; Białko ogółem: 37.43 g; Tłuszcz: 31.31 g; Kw. tł. nasy.: 5.35 g; Węglowodany ogółem: 128.22 g; W tym cukry: 38.40 g; Błonnik pok.: 15.50 g; Sol: 1.35 g;	Wartość energetyczna: 898.96 kcal; Białko ogółem: 38.18 g; Tłuszcz: 34.18 g; Kw. tł. nasy.: 5.52 g; Węglowodany ogółem: 119.72 g; W tym cukry: 29.21 g; Błonnik pok.: 19.61 g; Sol: 1.23 g;	Wartość energetyczna: 948.22 kcal; Białko ogółem: 37.68 g; Tłuszcz: 33.82 g; Kw. tł. nasy.: 5.46 g; Węglowodany ogółem: 131.71 g; W tym cukry: 37.68 g; Błonnik pok.: 16.30 g; Sol: 1.12 g;	Wartość energetyczna: 895.45 kcal; Białko ogółem: 26.53 g; Tłuszcz: 31.61 g; Kw. tł. nasy.: 8.41 g; Węglowodany ogółem: 134.33 g; W tym cukry: 32.69 g; Błonnik pok.: 14.22 g; Sol: 1.49 g;	Wartość energetyczna: 708.39 kcal; Białko ogółem: 41.76 g; Tłuszcz: 14.73 g; Kw. tł. nasy.: 3.73 g; Węglowodany ogółem: 110.36 g; W tym cukry: 34.37 g; Błonnik pok.: 15.35 g; Sol: 1.44 g;

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-04-01 środa	Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Szyonkowa drobowa drożdżowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Mielona Szyonkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g (SOJ) Twaróg 100 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twaróg półtłusty 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU OW) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Pasta z brokuła * 100 g Pomidor 80 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5 g					
	II/ŚN									
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (SEL) Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe mielone w sosie w 120 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Grysikowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, SEL)	Grysikowa z ziemniakami* (bez soli) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony (bez soli) 100 g (GLU PSZ, JAJ) Sos jarzynowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Buraczki gotowane 200 g Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Buraczki gotowane (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlet pożarski-drobiowy 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Kotlet z ciecioriki i pieczarek 100 g (GLU PSZ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlet z ciecioriki i pieczarek 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Sos jarzynowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Zupa z soczewicy i ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony 100 g (GLU PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (SEL) Zrazik drobiowy z udzca gotowany mielony (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
	PD	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt						Wafle ryżowe 30 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Wafle ryżowe 30 g
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 40 g Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo, naturalny 100 g (MLE) mielony Filet z kurczaka gotowany 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany (bez soli) 40 g Serek homo, naturalny 100 g (MLE) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5 g					
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt								
		Wartość energetyczna: 2051,24 kcal; Białko ogółem: 99,27 g; Tłuszcz: 70,55 g; Kw. tł. nasy.: 24,33 g; Węglowodany ogółem: 269,96 g; W tym cukry: 33,07 g; Błonnik pok.: 25,30 g; Sol: 8,19 g;	Wartość energetyczna: 2483,16 kcal; Białko ogółem: 130,40 g; Tłuszcz: 68,31 g; Kw. tł. nasy.: 27,63 g; Węglowodany ogółem: 350,55 g; W tym cukry: 58,86 g; Błonnik pok.: 19,77 g; Sol: 8,80 g;	Wartość energetyczna: 2139,96 kcal; Białko ogółem: 111,37 g; Tłuszcz: 53,92 g; Kw. tł. nasy.: 26,44 g; Węglowodany ogółem: 320,55 g; W tym cukry: 67,00 g; Błonnik pok.: 22,36 g; Sol: 6,11 g;	Wartość energetyczna: 2415,82 kcal; Białko ogółem: 80,61 g; Tłuszcz: 77,59 g; Kw. tł. nasy.: 10,19 g; Węglowodany ogółem: 378,34 g; W tym cukry: 48,45 g; Błonnik pok.: 47,72 g; Sol: 9,39 g;	Wartość energetyczna: 1058,32 kcal; Białko ogółem: 42,86 g; Tłuszcz: 35,31 g; Kw. tł. nasy.: 4,13 g; Węglowodany ogółem: 150,46 g; W tym cukry: 35,04 g; Błonnik pok.: 14,49 g; Sol: 3,49 g;	Wartość energetyczna: 778,79 kcal; Białko ogółem: 37,64 g; Tłuszcz: 18,99 g; Kw. tł. nasy.: 3,00 g; Węglowodany ogółem: 120,91 g; W tym cukry: 23,56 g; Błonnik pok.: 11,49 g; Sol: 4,51 g;	Wartość energetyczna: 857,68 kcal; Białko ogółem: 40,94 g; Tłuszcz: 13,36 g; Kw. tł. nasy.: 2,51 g; Węglowodany ogółem: 151,73 g; W tym cukry: 29,92 g; Błonnik pok.: 15,40 g; Sol: 1,86 g;	Wartość energetyczna: 999,21 kcal; Białko ogółem: 35,23 g; Tłuszcz: 34,11 g; Kw. tł. nasy.: 5,35 g; Węglowodany ogółem: 144,85 g; W tym cukry: 33,16 g; Błonnik pok.: 12,43 g; Sol: 4,73 g;	Wartość energetyczna: 683,79 kcal; Białko ogółem: 36,86 g; Tłuszcz: 16,77 g; Kw. tł. nasy.: 3,08 g; Węglowodany ogółem: 101,57 g; W tym cukry: 6,32 g; Błonnik pok.: 9,72 g; Sol: 4,43 g;

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa		
2026-04-02 czwartek	II SN	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany 40 g Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Szywnikowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany (bez soli) 60 g Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml ( <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g ( <u>SOJ, GOR</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Cukier 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml					
2026-04-02 czwartek	PD	Obiad	Ziemiakczana *(bez glutenu, bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiakczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Mieiso wieprzowe mielone w sosie wli 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemiaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE</u> ) Brokol gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Ziemiakczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> )	Ziemiakczana *(bez mleka, bez soli) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * (bez soli) 300 g Ryż na sypko (bez soli) 180 g Surowka z marchwi i seler z olejem b/c (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiakczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Ziemiakczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Ziemiakczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL.</u> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Ziemiakczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml ( <u>SEL.</u> ) Leczo z drobiem-dieta * 300 g Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi i selera z olejem b/c ( ) 200 g ( <u>SEL.</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g
2026-04-02 czwartek	Kuchnia	Kuchnia	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 120 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Sałatka jarzynowa* 80 g ( <u>JAJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 80 g ( <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Serek homo. naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g Sałatka jarzynowa* dieta (bez soli) 80 g ( <u>MLE, SEL.</u> ) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Tofu 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g ( <u>SEL.</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
2026-04-02 czwartek	PN	PN	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt ( <u>MLE</u> )								
			Wartość energetyczna: 2249,55 kcal; Białko ogółem: 104,34 g; Tłuszcz: 74,45 g; Kw. tł. nasy.: 26,74 g; Węglowodany ogółem: 307,11 g; W tym cukry: 37,09 g; Błonnik pok.: 31,75 g; Sol: 4,36 g;	Wartość energetyczna: 2536,38 kcal; Białko ogółem: 140,51 g; Tłuszcz: 74,15 g; Kw. tł. nasy.: 32,19 g; Węglowodany ogółem: 341,18 g; W tym cukry: 42,86 g; Błonnik pok.: 21,24 g; Sol: 8,54 g;	Wartość energetyczna: 2400,98 kcal; Białko ogółem: 130,61 g; Tłuszcz: 61,78 g; Kw. tł. nasy.: 27,77 g; Węglowodany ogółem: 348,03 g; W tym cukry: 51,26 g; Błonnik pok.: 26,08 g; Sol: 4,26 g;	Wartość energetyczna: 2406,06 kcal; Białko ogółem: 62,51 g; Tłuszcz: 85,42 g; Kw. tł. nasy.: 10,94 g; Węglowodany ogółem: 374,76 g; W tym cukry: 43,45 g; Błonnik pok.: 43,79 g; Sol: 9,45 g;	Wartość energetyczna: 1009,27 kcal; Białko ogółem: 38,14 g; Tłuszcz: 16,13 g; Kw. tł. nasy.: 2,35 g; Węglowodany ogółem: 157,11 g; W tym cukry: 28,32 g; Błonnik pok.: 17,03 g; Sol: 1,97 g;	Wartość energetyczna: 1001,70 kcal; Białko ogółem: 36,51 g; Tłuszcz: 19,17 g; Kw. tł. nasy.: 2,17 g; Węglowodany ogółem: 149,52 g; W tym cukry: 21,71 g; Błonnik pok.: 24,17 g; Sol: 2,03 g;	Wartość energetyczna: 865,22 kcal; Białko ogółem: 31,72 g; Tłuszcz: 16,34 g; Kw. tł. nasy.: 1,19 g; Węglowodany ogółem: 158,03 g; W tym cukry: 49,58 g; Błonnik pok.: 19,64 g; Sol: 1,65 g;	Wartość energetyczna: 1069,18 kcal; Białko ogółem: 23,72 g; Tłuszcz: 24,00 g; Kw. tł. nasy.: 3,09 g; Węglowodany ogółem: 171,74 g; W tym cukry: 33,21 g; Błonnik pok.: 20,63 g; Sol: 2,40 g;	Wartość energetyczna: 854,81 kcal; Białko ogółem: 31,39 g; Tłuszcz: 16,31 g; Kw. tł. nasy.: 1,18 g; Węglowodany ogółem: 155,81 g; W tym cukry: 49,57 g; Błonnik pok.: 19,57 g; Sol: 1,65 g;

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-04-03 piątek	<p><b>Śniadanie</b></p> <p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<b>MLE</b>) Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) Serek homo. naturalny 90 g (<b>MLE</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<b>GLU, PSZ, MLE</b>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU, PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Serek homo. naturalny 90 g (<b>MLE</b>) Pasta z jaj 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 300 ml (<b>GLU, PSZ, MLE</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU, PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Serek homo. naturalny 90 g (<b>MLE</b>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta (bez soli) 100 g (<b>JAJ, MLE</b>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Kasza manna na napoju sojowym 300 ml (<b>GLUPSZ, SOJ</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<b>GLU, PSZ, GLU ŻYT</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<b>GLU, PSZ, GLU ŻYT</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z brokuła * 100 g Hummus z ciecierzycy 50 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>						
	II/ŚN									
	<p><b>Obiad</b></p> <p>Krem z dyni i marchwi* (bez mleka, bez glutenu) 400 ml (<b>SEL</b>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<b>RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml (<b>GLUPSZ, SEL</b>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<b>GLU, PSZ</b>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<b>MLE</b>) Szpinak gotowany z olejem* 200 g (<b>GLU, PSZ</b>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml (<b>GLU, PSZ, SEL</b>)</p>	<p>Krem z dyni i marchwi* (bez mleka, bez soli) 400 ml (<b>GLU, PSZ, SEL</b>) Grzanki pełnoziarniste (l) 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<b>RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez soli, bez mleka)* 80 ml (<b>GLU, PSZ</b>) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Szpinak gotowany z olejem (bez soli)* 200 g (<b>GLU, PSZ</b>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 400 ml (<b>GLUPSZ, SEL</b>) Ziemniaki gotowane 180 g Ryba w cieście 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 300 ml (<b>GLUPSZ, SEL</b>) Grzanki pełnoziarniste (l) 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Ryba w cieście 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<b>GLU, PSZ</b>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 300 ml (<b>GLUPSZ, SEL</b>) Grzanki pełnoziarniste (l) 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<b>GLU, PSZ</b>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 300 ml (<b>GLUPSZ, SEL</b>) Grzanki pełnoziarniste (l) 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<b>GLU, PSZ</b>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi * (bez mleka) 300 ml (<b>GLUPSZ, SEL</b>) Grzanki pełnoziarniste (l) 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Pieczeń z ryby mielonej (Miruna) 100 g (<b>GLU, PSZ, JAJ, RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<b>GLU, PSZ</b>) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Krem z dyni i marchwi* (bez mleka, bez glutenu) 300 ml (<b>SEL</b>) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (<b>RYB</b>) Sos pietruszkowy (bez glutenu, bez mleka)* 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g</p>	
	PD									
	<p><b>Kolacja</b></p> <p>Chleb bezglutenowy 120 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Twarożek 100 g (<b>MLE</b>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU, PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Twarożek 100 g (<b>MLE</b>) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU, PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU, PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Twarożek 100 g (<b>MLE</b>) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU, PSZ, GLU ŻYT</b>) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (<b>GLU, PSZ, GLU ŻYT</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 50 g (<b>SOJ</b>) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 300 ml Cukier 5 g</p>						
	PN									
	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt ( <b>GLU, OW, może zawierać: SOJ, ORZ</b> )					
	Wartość energetyczna: 2121.89 kcal; Białko ogółem: 89.14 g; Tłuszcz: 67.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; Węglowodany ogółem: 305.85 g; W tym cukry: 91.86 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sol: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2338.11 kcal; Białko ogółem: 117.61 g; Tłuszcz: 65.34 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 334.71 g; W tym cukry: 79.08 g; Błonnik pok.: 25.97 g; Sol: 6.11 g;	Wartość energetyczna: 2430.43 kcal; Białko ogółem: 114.72 g; Tłuszcz: 69.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 355.30 g; W tym cukry: 98.29 g; Błonnik pok.: 26.70 g; Sol: 5.14 g;	Wartość energetyczna: 2325.64 kcal; Białko ogółem: 63.82 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kw. tł. nasy.: 9.76 g; Węglowodany ogółem: 386.41 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 43.69 g; Sol: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 1033.41 kcal; Białko ogółem: 38.12 g; Tłuszcz: 36.92 g; Kw. tł. nasy.: 3.08 g; Węglowodany ogółem: 145.86 g; W tym cukry: 38.48 g; Błonnik pok.: 19.14 g; Sol: 2.26 g;	Wartość energetyczna: 808.12 kcal; Białko ogółem: 36.43 g; Tłuszcz: 18.04 g; Kw. tł. nasy.: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 134.43 g; W tym cukry: 32.66 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sol: 2.40 g;	Wartość energetyczna: 848.02 kcal; Białko ogółem: 36.43 g; Tłuszcz: 18.04 g; Kw. tł. nasy.: 1.81 g; Węglowodany ogółem: 144.41 g; W tym cukry: 42.64 g; Błonnik pok.: 19.87 g; Sol: 2.40 g;	Wartość energetyczna: 973.04 kcal; Białko ogółem: 22.08 g; Tłuszcz: 28.98 g; Kw. tł. nasy.: 2.43 g; Węglowodany ogółem: 165.73 g; W tym cukry: 43.28 g; Błonnik pok.: 22.30 g; Sol: 1.84 g;	Wartość energetyczna: 674.69 kcal; Białko ogółem: 35.65 g; Tłuszcz: 11.65 g; Kw. tł. nasy.: 1.02 g; Węglowodany ogółem: 115.31 g; W tym cukry: 42.09 g; Błonnik pok.: 18.21 g; Sol: 1.92 g;	

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-04-04 sobota	Śniadania	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziołami 90 g (MLE) Twaróg półtłusty 90 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziołami 90 g (MLE) Twaróg 90 g (MLE) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek a'la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE) Twaróg półtłusty 90 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryz na napój sójowy 300 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
	II/ŚN									
	Obiad	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Pulpet ryбно-warzywny* (miruna) (bez glutenu) 100 g (JAJ, RYB, SEL.) Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Pulpet ryбно-warzywny* (miruna) 100 g (GLU, PSZ, JAJ, RYB, SEL.) Sos bazyliowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180g (MLE.) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.)	Selerowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli)* 400 ml (SEL.) Kolej z jaj-pieczony (bez soli) 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos bazyliowy ( bez soli)* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Makaron z warzywami*- diela BM 300 g (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml					
	PD									
PN	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem* 60 g (SEL.) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) mielona Szyńska Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Ser mozzarella kulki 40 g (MLE) Pasta z tofu i brokuła. (bez soli)* 100 g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 20 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt	Bułka maślana 50g 1 szt (GLU, PSZ, JAJ, MLE.)	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2108.06 kcal; Białko ogółem: 81.63 g; Tłuszcz: 83.00 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 277.73 g; W tym cukry: 54.51 g; Błonnik pok.: 32.12 g; Sól: 3.38 g;	Wartość energetyczna: 2571.93 kcal; Białko ogółem: 120.37 g; Tłuszcz: 74.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 372.11 g; W tym cukry: 63.94 g; Błonnik pok.: 29.57 g; Sól: 6.41 g;	Wartość energetyczna: 2368.48 kcal; Białko ogółem: 99.43 g; Tłuszcz: 87.89 g; Kw. tł. nasy.: 33.17 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; W tym cukry: 39.66 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 4.99 g;	Wartość energetyczna: 2099.00 kcal; Białko ogółem: 58.48 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 9.89 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; W tym cukry: 52.34 g; Błonnik pok.: 40.90 g; Sól: 6.35 g;						

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> , <u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab gotowany 40 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Mielona Szywnikowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ</u> ) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Schab gotowany (bez soli) 40 g Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 50 g ( <u>SOJ</u> ) Dżem 25 g 1 szt Pomidorki koktajlowe 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
	II SN									
	Obiad	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <u>SEL</u> ) Bitka schabowa duszona (bez glutenu) 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 120 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE</u> ) Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> )	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Bitka schabowa duszona (bez soli) 100 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Sos własny (bez soli) 80 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Buraczki gotowane (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL</u> ) Kotlety sojowe 100 g ( <u>SOJ</u> ) Ziemniaki gotowane 180 g Cwikla z chrzanem b/c 200 g ( <u>MLE</u> , <u>SOJ</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml					
	PD									
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g ( <u>SEZ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE</u> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Papryka świeża 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE</u> ) Mielona Szywnikowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Jabłko pieczone 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU</u> , <u>ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta warzywna* 100 g ( <u>SEL</u> ) Pasta z soczewicy czerwoną 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Mix salat 20 g Cukier 5 g					
PN	Wafle ryżowe 30 g	Chalka 50 g ( <u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> )		Wafle ryżowe 30 g						
	Wartość energetyczna: 2110,29 kcal; Białko ogółem: 106,89 g; Tłuszcz: 70,43 g; Kw. tł. nasy: 27,92 g; Węglowodany ogółem: 278,49 g; W tym cukry: 40,09 g; Błonnik pok.: 25,56 g; Sól: 3,00 g;	Wartość energetyczna: 3039,83 kcal; Białko ogółem: 143,18 g; Tłuszcz: 89,56 g; Kw. tł. nasy: 38,63 g; Węglowodany ogółem: 403,68 g; W tym cukry: 73,93 g; Błonnik pok.: 21,92 g; Sól: 9,06 g;	Wartość energetyczna: 2418,23 kcal; Białko ogółem: 110,97 g; Tłuszcz: 63,42 g; Kw. tł. nasy: 28,24 g; Węglowodany ogółem: 343,56 g; W tym cukry: 66,35 g; Błonnik pok.: 24,03 g; Sól: 5,14 g;	Wartość energetyczna: 2147,70 kcal; Białko ogółem: 81,05 g; Tłuszcz: 42,93 g; Kw. tł. nasy: 7,97 g; Węglowodany ogółem: 385,85 g; W tym cukry: 69,72 g; Błonnik pok.: 41,82 g; Sól: 6,07 g;						

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa
Śniadania	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 40 g Twarożek z ziołami 90 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) mielona Szyńska Piastowska: wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ) Twarożek 90 g (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany (bez soli) 40 g Twarożek z ziołami 90 g (MLE) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
	ISSN								
Obiad	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Ciesław b/c 200 g (JAJ, MLE, GOR) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe mielone w sosie wł 120 g (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL)	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli) 400 ml (GLU PSZ, SEL) Udko gotowane 1szt. (bez soli) 210 g Sos ziołowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Brokuł gotowany (bez soli)* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Ciesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Ciesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Rosół z makaronem pełnoziarnistym* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Surówka Ciesław b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR) Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Kotlety sojowe 100 g (SOJ) Ziemniaki gotowane 180 g Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 300 ml (SEL) Udko pieczone 1 szt. 210 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki gotowane 180 g Brokuł gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g
	PD				Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Banan 150 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	Banan 150 g
Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany 40 g Ser żółty 50 g (MLE) Sałatka jarzynowa 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 90 g (MLE) mielony Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 90 g (MLE) Miód (25g) 1 szt Sałatka jarzynowa* dieta 80 g (MLE, SEL) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb żytni razowy 20 g (GLU ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Tofu 50 g (SOJ) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2532.94 kcal; Białko ogółem: 131.71 g; Tłuszcz: 113.14 g; Kw. tł. nasy.: 42.10 g; Węglowodany ogółem: 262.70 g; W tym cukry: 46.66 g; Błonnik pok.: 24.88 g; Sol: 5.95 g;	Wartość energetyczna: 2690.04 kcal; Białko ogółem: 139.14 g; Tłuszcz: 84.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 356.60 g; W tym cukry: 78.39 g; Błonnik pok.: 17.98 g; Sol: 8.22 g;	Wartość energetyczna: 2685.34 kcal; Białko ogółem: 142.88 g; Tłuszcz: 85.21 g; Kw. tł. nasy.: 34.30 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; W tym cukry: 95.64 g; Błonnik pok.: 22.39 g; Sol: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 2080.14 kcal; Białko ogółem: 74.33 g; Tłuszcz: 66.25 g; Kw. tł. nasy.: 9.43 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 44.77 g; Błonnik pok.: 38.49 g; Sol: 8.67 g;	Wartość energetyczna: 1269.37 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 45.66 g; Kw. tł. nasy.: 11.54 g; Węglowodany ogółem: 118.14 g; W tym cukry: 25.90 g; Błonnik pok.: 11.73 g; Sol: 2.64 g;	Wartość energetyczna: 1223.54 kcal; Białko ogółem: 75.87 g; Tłuszcz: 45.97 g; Kw. tł. nasy.: 11.71 g; Węglowodany ogółem: 101.75 g; W tym cukry: 10.98 g; Błonnik pok.: 12.06 g; Sol: 2.70 g;	Wartość energetyczna: 1117.65 kcal; Białko ogółem: 73.39 g; Tłuszcz: 40.97 g; Kw. tł. nasy.: 10.82 g; Węglowodany ogółem: 120.78 g; W tym cukry: 46.57 g; Błonnik pok.: 13.26 g; Sol: 2.33 g;	Wartość energetyczna: 816.12 kcal; Białko ogółem: 38.92 g; Tłuszcz: 3.71 g; Kw. tł. nasy.: 0.82 g; Węglowodany ogółem: 140.02 g; W tym cukry: 24.19 g; Błonnik pok.: 20.56 g; Sol: 2.02 g;	Wartość energetyczna: 1086.92 kcal; Białko ogółem: 68.70 g; Tłuszcz: 38.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.93 g; Węglowodany ogółem: 125.28 g; W tym cukry: 47.48 g; Błonnik pok.: 14.91 g; Sol: 2.40 g;

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
Śniadania	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Mielona Szyunka z pierśi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 40 g ( <b>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Pasta z jaj 100 g ( <b>JAJ, MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <b>JAJ,</b> ) Schab gotowany (bez soli) 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na napoju sojowym 400 ml ( <b>SOJ, GLU, JECZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Paszlet sojowy z pomidorami 50 g ( <b>SOJ, GOR,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g						
II/ŚN										
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) * 400 ml ( <b>SEL,</b> ) Ryz na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ, SEL,</b> ) Sos majerankowy* (bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c () 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie wł 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE,</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> )	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka, bez soli) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Pierogi z serem - chłodzone 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Banan 150 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Ryz na sypko 180 g Mus z jabłek prażonych z cynamonem 150 g Gruszka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt ( <b>SOJ,</b> ) Cukier 10 g	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Rosół z makaronem pelnoziarnistym* 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ryz na sypko (brązowy) 180 g Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, SEL,</b> ) Ryz na sypko 180 g Sos majerankowy * 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Naleśniki z serem 300 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> ) Mus z jabłek prażonych z cynamonem 200 g Gruszka 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) * 300 ml ( <b>SEL,</b> ) Ryz na sypko 180 g Pulpet mięsno-warzywny* (wiewprzowy) (bez glutenu) 100 g ( <b>JAJ, SEL,</b> ) Sos majerankowy* (bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL,</b> ) Marchew gotowana z olejem* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	
PD					Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,</b> )		Pomarańcza 150 g	Mini Crispy pieczywo chrupkie orkiszowe ze słonecznikiem sezamem i siemieniem 30 g 1 szt ( <b>GLU PSZ, MLE, SEZ, może zawierać: ORZ,</b> )	Pomarańcza 150 g	
Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 90 g ( <b>SOJ,</b> ) Schab gotowany 40 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 90 g ( <b>SOJ,</b> ) Twarożek 90 g ( <b>MLE,</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab gotowany (bez soli) 40 g Twarog półtłusty 90 g ( <b>MLE,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU, ŻYT,</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g ( <b>SOJ,</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g						
PN	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Biskopki b/ml 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ,</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Podplomyki b/c 20 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> )	Mus- przecier owocowy jabłko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt Wafle ryżowe 20 g						
	Wartość energetyczna: 2225,05 kcal; Białko ogółem: 83,18 g; Tłuszcz: 82,96 g; Kw. tł. nasy.: 27,38 g; Węglowodany ogółem: 304,98 g; W tym cukry: 54,32 g; Błonnik pok.: 31,23 g; Sol: 3,00 g;	Wartość energetyczna: 2776,20 kcal; Białko ogółem: 127,60 g; Tłuszcz: 97,32 g; Kw. tł. nasy.: 34,57 g; Węglowodany ogółem: 363,20 g; W tym cukry: 69,01 g; Błonnik pok.: 21,85 g; Sol: 6,89 g;	Wartość energetyczna: 2787,43 kcal; Białko ogółem: 129,40 g; Tłuszcz: 62,42 g; Kw. tł. nasy.: 28,93 g; Węglowodany ogółem: 452,05 g; W tym cukry: 140,94 g; Błonnik pok.: 27,57 g; Sol: 4,43 g;	Wartość energetyczna: 2460,71 kcal; Białko ogółem: 66,78 g; Tłuszcz: 71,99 g; Kw. tł. nasy.: 10,43 g; Węglowodany ogółem: 414,53 g; W tym cukry: 110,26 g; Błonnik pok.: 36,22 g; Sol: 7,47 g;	Wartość energetyczna: 1325,96 kcal; Białko ogółem: 50,64 g; Tłuszcz: 32,48 g; Kw. tł. nasy.: 7,61 g; Węglowodany ogółem: 219,17 g; W tym cukry: 110,52 g; Błonnik pok.: 15,05 g; Sol: 1,23 g;	Wartość energetyczna: 941,06 kcal; Białko ogółem: 41,20 g; Tłuszcz: 35,36 g; Kw. tł. nasy.: 7,04 g; Węglowodany ogółem: 119,96 g; W tym cukry: 16,45 g; Błonnik pok.: 24,72 g; Sol: 2,11 g;	Wartość energetyczna: 914,41 kcal; Białko ogółem: 38,05 g; Tłuszcz: 25,76 g; Kw. tł. nasy.: 5,29 g; Węglowodany ogółem: 141,22 g; W tym cukry: 37,52 g; Błonnik pok.: 16,60 g; Sol: 1,67 g;	Wartość energetyczna: 1331,30 kcal; Białko ogółem: 48,32 g; Tłuszcz: 30,58 g; Kw. tł. nasy.: 6,85 g; Węglowodany ogółem: 228,54 g; W tym cukry: 115,12 g; Błonnik pok.: 17,87 g; Sol: 1,45 g;	Wartość energetyczna: 825,23 kcal; Białko ogółem: 31,25 g; Tłuszcz: 21,25 g; Kw. tł. nasy.: 4,28 g; Węglowodany ogółem: 136,11 g; W tym cukry: 40,45 g; Błonnik pok.: 17,11 g; Sol: 1,54 g;	

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa										
2026-04-08 Środa	Śniadanie	II/ŚN	Chleb	PD	Kolacja	PN	<p>Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<b>MLE</b>) Chleb bezglutenowy 100 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Serek homo. naturalny 90 g (<b>MLE</b>) Pasta z groszku zielonego b/mi 100 g Jabłko 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Serek homo. naturalny 90 g (<b>MLE</b>) Mielona Szywnoka dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Cukier 5 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml (<b>MLE, GLU OW</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<b>GLU PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Serek homo. naturalny 90 g (<b>MLE</b>) Schab gotowany (bez soli) 40 g Jabłko pieczone 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Płatki owsiane na napoju sojowym 300 ml (<b>SOJ, GLU OW</b>) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Chleb żytni razowy 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z groszku zielonego b/mi 100 g Hummus z ciecierzycy 50 g Jabłko 150 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL, GOR</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>) Sos koperkowy * 80 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<b>GLU JECZ</b>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Kapuśniak z kapusty kiszonej * 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL, GOR</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>) Sos koperkowy * 80 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<b>GLU JECZ</b>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (<b>JAJ</b>) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml (<b>GLU PSZ</b>) Ziemniaki gotowane 180 g (<b>MLE</b>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Mieso wieprzowe mielone w sosie w/ 120 g (<b>GLU PSZ</b>) Ziemniaki gotowane puree 180 g (<b>MLE</b>) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>)</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka, bez soli) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez soli) 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>) Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g (<b>GLU JECZ</b>) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (<b>JAJ</b>) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml (<b>GLU PSZ</b>) Ziemniaki gotowane 180 g (<b>MLE</b>) Cukinia pieczona z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g (<b>SOJ, SEL, GLU JECZ</b>) Sos koperkowy * 80 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<b>GLU PSZ, SEL</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>) Sos koperkowy *(bez mleka) 80 ml (<b>GLU PSZ, MLE</b>) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (<b>GLU JECZ</b>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Wielowarzynna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<b>SEL</b>) Pieczeń rzymska wieprzowa (bez glutenu) 100 g (<b>JAJ</b>) Sos koperkowy *(bez glutenu, bez mleka) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g</p>
							<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>								
							<p>Chleb bezglutenowy 120 g (<b>SEZ, może zawierać: ORZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<b>RYB, SEL</b>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<b>SOJ, GOR</b>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<b>RYB, SEL</b>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 120 g (<b>GLU PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Mielona Szywnoka Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 40 g (<b>SOJ</b>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (<b>RYB, SEL</b>) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Bułka pszenna długa krojona 60 g (<b>GLU PSZ</b>) Masło extra 82% 15 g (<b>MLE</b>) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* (bez soli) 100 g (<b>RYB, SEL</b>) Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b>) Chleb żytni razowy 20 g (<b>GLU ŻYT</b>) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Tofu 50 g (<b>SOJ</b>) Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<b>SOJ, GOR</b>) Ogórek kiszony 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Ciasto drożdżowe b/c 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ</b>)</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>	<p>Ciasto drożdżowe 50 g (<b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b>)</p>	<p>Wafle ryżowe 30 g</p>				
							<p>Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (<b>MLE</b>)</p>	<p>Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (<b>GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ</b>)</p>											
	<p>Wartość energetyczna: 2210.10 kcal; Białko ogółem: 78.01 g; Tłuszcz: 80.05 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 314.71 g; W tym cukry: 44.30 g; Błonnik pok.: 36.24 g; Sol: 5.28 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2509.44 kcal; Białko ogółem: 124.66 g; Tłuszcz: 76.24 g; Kw. tł. nasy.: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 345.17 g; W tym cukry: 45.46 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sol: 8.12 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2393.83 kcal; Białko ogółem: 112.04 g; Tłuszcz: 63.75 g; Kw. tł. nasy.: 28.19 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; W tym cukry: 61.95 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sol: 5.61 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2225.88 kcal; Białko ogółem: 64.24 g; Tłuszcz: 76.72 g; Kw. tł. nasy.: 10.65 g; Węglowodany ogółem: 348.83 g; W tym cukry: 57.21 g; Błonnik pok.: 46.93 g; Sol: 9.00 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1124.39 kcal; Białko ogółem: 42.72 g; Tłuszcz: 27.67 g; Kw. tł. nasy.: 6.85 g; Węglowodany ogółem: 157.26 g; W tym cukry: 27.07 g; Błonnik pok.: 15.17 g; Sol: 2.84 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 1090.74 kcal; Białko ogółem: 42.40 g; Tłuszcz: 27.01 g; Kw. tł. nasy.: 7.06 g; Węglowodany ogółem: 149.79 g; W tym cukry: 12.90 g; Błonnik pok.: 16.71 g; Sol: 2.83 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 915.52 kcal; Białko ogółem: 38.48 g; Tłuszcz: 18.27 g; Kw. tł. nasy.: 4.90 g; Węglowodany ogółem: 159.50 g; W tym cukry: 22.60 g; Błonnik pok.: 17.23 g; Sol: 1.89 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 947.86 kcal; Białko ogółem: 23.90 g; Tłuszcz: 20.77 g; Kw. tł. nasy.: 2.71 g; Węglowodany ogółem: 152.45 g; W tym cukry: 30.50 g; Błonnik pok.: 24.33 g; Sol: 1.90 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 738.10 kcal; Białko ogółem: 33.24 g; Tłuszcz: 15.60 g; Kw. tł. nasy.: 4.49 g; Węglowodany ogółem: 125.35 g; W tym cukry: 22.67 g; Błonnik pok.: 15.25 g; Sol: 1.75 g;</p>										

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany 40 g Twarożek 90 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) mielona Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 40 g Pasta z twarogu z natką pietruszki (bez soli) 100 g ( <b>MLE</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml ( <b>GLU PSZ, SOJ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z soczewicy czerwonej 100 g Paprykarz warzywny 100 g ( <b>SEL</b> ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
		II SN								
2026-04-09 czwartek	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, bez mleka) 400 ml ( <b>SEL</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie w/l 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka, bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Szynka wieprzowa gotowana (bez soli) 80 g Sos pomidorowy (bez soli) 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Makaron (bez soli) 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz lop* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron pełnoziarnisty 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Szpinakowa z ziemniakami* 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL</b> )	Sos boloński z mięsa wieprz lop* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Sos boloński z mięsa wieprz lop* 200 g ( <b>GLU PSZ, SEL</b> ) Makaron 180 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU PSZ, SEL</b> )	Spaghetti wegetariańskie z soczewicą 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 80 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD			Banan 150 g	Jabłko 150 g			Banan 150 g	
2026-04-09 czwartek	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z fasoli* 80 g ( <b>JAJ</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ) Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) mielona Szyunka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( <b>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</b> ) Pasta z warzyw i szynki drobiowej 100 g ( <b>SEL</b> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Schab gotowany (bez soli) 60 g Miod (25g) 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <b>GLU ŻYT</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasta z fasoli 100 g Papryka świeża 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
		PN		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE</b> )						
		Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt					
		Wartość energetyczna: 2251,09 kcal; Białko ogółem: 107,10 g; Tłuszcz: 81,88 g; Kw. tł. nasy.: 37,45 g; Węglowodany ogółem: 286,21 g; W tym cukry: 43,07 g; Błonnik pok.: 27,10 g; Sol: 3,56 g;	Wartość energetyczna: 2658,39 kcal; Białko ogółem: 128,29 g; Tłuszcz: 79,87 g; Kw. tł. nasy.: 32,11 g; Węglowodany ogółem: 340,20 g; W tym cukry: 46,33 g; Błonnik pok.: 18,86 g; Sol: 8,49 g;	Wartość energetyczna: 2418,33 kcal; Białko ogółem: 121,47 g; Tłuszcz: 55,61 g; Kw. tł. nasy.: 28,32 g; Węglowodany ogółem: 335,48 g; W tym cukry: 62,19 g; Błonnik pok.: 16,48 g; Sol: 4,18 g;	Wartość energetyczna: 2342,36 kcal; Białko ogółem: 84,86 g; Tłuszcz: 51,98 g; Kw. tł. nasy.: 8,85 g; Węglowodany ogółem: 407,42 g; W tym cukry: 46,26 g; Błonnik pok.: 42,17 g; Sol: 6,48 g;	Wartość energetyczna: 939,38 kcal; Białko ogółem: 37,31 g; Tłuszcz: 21,11 g; Kw. tł. nasy.: 5,35 g; Węglowodany ogółem: 155,73 g; W tym cukry: 50,07 g; Błonnik pok.: 13,55 g; Sol: 0,98 g;	Wartość energetyczna: 796,30 kcal; Białko ogółem: 37,76 g; Tłuszcz: 19,37 g; Kw. tł. nasy.: 4,14 g; Węglowodany ogółem: 121,76 g; W tym cukry: 24,34 g; Błonnik pok.: 14,03 g; Sol: 1,09 g;	Wartość energetyczna: 916,06 kcal; Białko ogółem: 38,15 g; Tłuszcz: 18,86 g; Kw. tł. nasy.: 4,19 g; Węglowodany ogółem: 150,85 g; W tym cukry: 47,06 g; Błonnik pok.: 10,27 g; Sol: 0,97 g;	Wartość energetyczna: 739,58 kcal; Białko ogółem: 24,54 g; Tłuszcz: 5,91 g; Kw. tł. nasy.: 1,12 g; Węglowodany ogółem: 148,44 g; W tym cukry: 44,18 g; Błonnik pok.: 9,83 g; Sol: 0,91 g;	Wartość energetyczna: 695,16 kcal; Białko ogółem: 39,78 g; Tłuszcz: 8,34 g; Kw. tł. nasy.: 3,07 g; Węglowodany ogółem: 117,80 g; W tym cukry: 33,47 g; Błonnik pok.: 10,10 g; Sol: 1,53 g;

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
Śniadania	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Schab gotowany 40 g Mandarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Mielona Szywnka Piastowska- wp, wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g (SOJ.) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Schab gotowany (bez soli) 40 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml (GLU PSZ, SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Schab gotowany (bez soli) 40 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g						
II SN										
Obiad	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Pulpet rybny (Miruna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Warzywa po grecku* 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.)	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka, bez soli)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos pomidorowy (bez soli) 80 ml (GLU PSZ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Warzywa po grecku* (bez soli) 200 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL, GLU JECZ.) Kotlety sojowe 100 g (SOJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (SEL, GLU JECZ.) Ryba w cieście 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Ziemniaki gotowane 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Ziemniaki gotowane 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ) Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g	Knedle z truskawkami * 300 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (SEL, GLU JECZ.)	Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB.) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Cukier 10 g Ryżowa (bez mleka)* 300 ml (SEL.)		
PD					Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)	Budyń o smaku waniliowym b/c 200 ml (MLE)	Mandarynka 150 g		Budyń o smaku waniliowym z/c 200 ml (MLE)	
Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Filet z kurczaka gotowany 40 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata zielona 20 g Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) mielona Szywnka dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Filet z indyka gotowany (bez soli) 40 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez soli) 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 20 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Paszlet sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR.) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g						
PN		Mleko UHT 200ml, 3,5% tł 1 szt (MLE)			Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt					
	Wartość energetyczna: 2161 80 kcal; Białko ogółem: 105 26 g; Tłuszcz: 80 64 g; Kw. tł. nasy.: 29 22 g; Węglowodany ogółem: 266 89 g; W tym cukry: 56 60 g; Błonnik pok.: 23 25 g; Sol: 4 29 g;	Wartość energetyczna: 2503 90 kcal; Białko ogółem: 124 17 g; Tłuszcz: 72 19 g; Kw. tł. nasy.: 33 30 g; Węglowodany ogółem: 356 28 g; W tym cukry: 70 49 g; Błonnik pok.: 22 63 g; Sol: 8 23 g;	Wartość energetyczna: 2462 03 kcal; Białko ogółem: 128 60 g; Tłuszcz: 69 92 g; Kw. tł. nasy.: 32 71 g; Węglowodany ogółem: 346 85 g; W tym cukry: 96 24 g; Błonnik pok.: 24 16 g; Sol: 4 96 g;	Wartość energetyczna: 2081 94 kcal; Białko ogółem: 73 32 g; Tłuszcz: 66 78 g; Kw. tł. nasy.: 9 40 g; Węglowodany ogółem: 328 92 g; W tym cukry: 38 69 g; Błonnik pok.: 45 93 g; Sol: 8 53 g;	Wartość energetyczna: 1049 83 kcal; Białko ogółem: 40 40 g; Tłuszcz: 36 84 g; Kw. tł. nasy.: 5 14 g; Węglowodany ogółem: 145 72 g; W tym cukry: 44 96 g; Błonnik pok.: 12 75 g; Sol: 2 20 g;	Wartość energetyczna: 765 34 kcal; Białko ogółem: 40 14 g; Tłuszcz: 21 17 g; Kw. tł. nasy.: 3 63 g; Węglowodany ogółem: 109 09 g; W tym cukry: 24 82 g; Błonnik pok.: 11 55 g; Sol: 3 06 g;	Wartość energetyczna: 697 94 kcal; Białko ogółem: 34 37 g; Tłuszcz: 17 44 g; Kw. tł. nasy.: 1 28 g; Węglowodany ogółem: 107 97 g; W tym cukry: 30 25 g; Błonnik pok.: 14 37 g; Sol: 2 83 g;	Wartość energetyczna: 858 26 kcal; Białko ogółem: 16 15 g; Tłuszcz: 9 33 g; Kw. tł. nasy.: 3 60 g; Węglowodany ogółem: 185 61 g; W tym cukry: 41 06 g; Błonnik pok.: 3 56 g; Sol: 1 66 g;	Wartość energetyczna: 816 52 kcal; Białko ogółem: 39 38 g; Tłuszcz: 20 98 g; Kw. tł. nasy.: 3 60 g; Węglowodany ogółem: 122 47 g; W tym cukry: 41 26 g; Błonnik pok.: 10 40 g; Sol: 3 05 g;	

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa				
2026-04-11 sobota	Sniadanie	<p>Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb bezglutenowy 100 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Ser żółty 40 g ( <u>MLE</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90g ( <u>MLE</u> ) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Kasza manna na mleku 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bułka pszenna długa krojona 100 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Mielona Szywnka Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g ( <u>SOJ</u> ) Serek ziarnisty naturalny 90 g ( <u>MLE</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ) Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Schab gotowany (bez soli) 60 g Miód (25g) 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU OW</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z fasoli konserwowej i natki pietruszki 100 g Dżem 25 g 1 szt Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>								
		Obiad	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) 400 ml ( <u>SEL</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 200 g ( <u>SEL</u> ) Ryż na sypko 180 g Surowka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Mięso drobiowe mielone w sosie tł 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE</u> ) Buraczki gotowane b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> )</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka, bez soli)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami ( bez soli)* 200 g ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko (bez soli) 180 g Buraczki gotowane b/c (bez soli) 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>	<p>Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryż na sypko 200 g Cukisz sjojowy z warzywami* 200 g ( <u>SOJ, SEL</u> ) Surowka z marchwi z olejem b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml</p>							
			Kolacja	<p>Chleb bezglutenowy 120 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Filet z kurczaka gotowany 40 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 120 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) mielona Szywnka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 40 g ( <u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, SOJ</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Twaróg półtłusty 90 g ( <u>MLE</u> ) Dżem 25 g 1 szt Brzoskwinie w syropie 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ) Chleb żytni razowy 20 g ( <u>GLU ŻYT</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Paprykarz warzywny 100 g ( <u>SEL</u> ) Sałatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 100 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g</p>						
				PN	<p>Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt</p>		<p>Bułka masłana 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )</p>						
					<p>Wartość energetyczna: 2126,59 kcal; Białko ogółem: 79,22 g; Tłuszcz: 82,47 g; Kw. tł. nasy.: 33,49 g; Węglowodany ogółem: 285,94 g; W tym cukry: 38,52 g; Błonnik pok.: 31,31 g; Sól: 7,47 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2602,28 kcal; Białko ogółem: 128,15 g; Tłuszcz: 75,74 g; Kw. tł. nasy.: 32,74 g; Węglowodany ogółem: 364,98 g; W tym cukry: 60,47 g; Błonnik pok.: 20,24 g; Sól: 8,46 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2137,26 kcal; Białko ogółem: 93,23 g; Tłuszcz: 49,27 g; Kw. tł. nasy.: 23,16 g; Węglowodany ogółem: 346,08 g; W tym cukry: 74,98 g; Błonnik pok.: 20,67 g; Sól: 5,13 g;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2416,67 kcal; Białko ogółem: 88,08 g; Tłuszcz: 57,94 g; Kw. tł. nasy.: 10,79 g; Węglowodany ogółem: 397,47 g; W tym cukry: 52,60 g; Błonnik pok.: 39,20 g; Sól: 8,30 g;</p>					

	W-wa- WOL GL Bezglutenowa	W-wa- WOL Rozdrobniona/Mielona	W-wa- WOL Bezsolna	W-wa- WOL Wegańska	W-wa- WOL ŚCZP Podstawowa	W-wa- WOL ŚCZP Cukrzycowa	W-wa- WOL ŚCZP Bezmleczna	W-wa- WOL ŚCZP Wegetariańska	W-wa- WOL ŚCZP Bezglutenowa	
2026-04-12 niedziela	Śniadanie	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Hummus z ciecierzycy 100 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 400 ml (GLU, PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) mielona Szywnikowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 40 g Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE) Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE) Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Schab gotowany (bez soli) 40 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 80 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Chleb żytni razowy 20 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Hummus z ciecierzycy 50 g Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Kakao z napojem sojowym b/c 300 ml (SOJ) Cukier 5 g					
	II SN									
	Obiad	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEL) Pulpet wieprzowy (bez glutenu) 100 g (JAJ) Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Mieso wieprzowe mielone w sosie wł 120 g (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL)	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, JAJ, SEL) Pulpet wieprzowy (bez soli) 100 g (GLU, PSZ, JAJ) Sos własny (bez soli) 80 ml (GLU, PSZ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 200 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Kotlety z soczewicy () 100 g (GLU, PSZ, JAJ) Ziemniaki gotowane 180 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml					
	PD									
	Kolacja	Chleb bezglutenowy 120 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 90 g (MLE) Filet z kurczaka gotowany 40 g Banan 150 g Mixsalat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Bułka pszenna długa krojona 120 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 90 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Serek homo. naturalny 90 g (MLE) Dżem 25 g 1 szt Banan 150 g Mixsalat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT) Chleb żytni razowy 20 g (GLU, ŻYT) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 10 g Pasta z soczewicy czerwoną 100 g Tolu 50 g (SOJ) Banan 150 g Mixsalat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g					
PN	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Ser żółty 30 g (MLE) Salata zielona 10 g	Ciasto drożdżowe 50 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE)		Wafle ryżowe 30 g						
	Wartość energetyczna: 2434.04 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz: 96.86 g; Kw. tł. nasy.: 31.84 g; Węglowodany ogółem: 309.85 g; W tym cukry: 53.37 g; Błonnik pok.: 29.74 g; Sol: 3.02 g;	Wartość energetyczna: 2851.37 kcal; Białko ogółem: 130.70 g; Tłuszcz: 90.11 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 365.35 g; W tym cukry: 79.05 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sol: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2285.79 kcal; Białko ogółem: 94.52 g; Tłuszcz: 62.02 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 329.56 g; W tym cukry: 73.73 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sol: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2446.29 kcal; Białko ogółem: 78.76 g; Tłuszcz: 78.04 g; Kw. tł. nasy.: 11.27 g; Węglowodany ogółem: 379.72 g; W tym cukry: 61.84 g; Błonnik pok.: 40.54 g; Sol: 6.43 g;						

### **Oznaczenia alergenów:**

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

### **Oznaczenia wskaźników odż:**

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