

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-07-13 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2535.58 kcal; Białko ogółem: 92.99 g; Tłuszcz: 70.11 g; Kw. tł. nasy.: 31.99 g; Węglowodany ogółem: 399.95 g; W tym cukry: 127.00 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sód: 2101.17 mg;	Wartość energetyczna: 2472.25 kcal; Białko ogółem: 93.87 g; Tłuszcz: 63.49 g; Kw. tł. nasy.: 30.65 g; Węglowodany ogółem: 397.22 g; W tym cukry: 124.32 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sód: 1932.38 mg;	Wartość energetyczna: 1854.21 kcal; Białko ogółem: 102.98 g; Tłuszcz: 51.71 g; Kw. tł. nasy.: 16.85 g; Węglowodany ogółem: 260.37 g; W tym cukry: 62.06 g; Błonnik pok.: 24.22 g; Sód: 2704.58 mg;	Wartość energetyczna: 2005.18 kcal; Białko ogółem: 102.17 g; Tłuszcz: 64.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.89 g; Węglowodany ogółem: 279.82 g; W tym cukry: 60.22 g; Błonnik pok.: 29.15 g; Sód: 2321.52 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo.przysw.węglowodanów
2026-07-14 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 90 g Ketchup 20 g (<u>SEL,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Banan 1szt. 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Ogórek świeży 100 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Paszтет rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2905.55 kcal; Białko ogółem: 134.12 g; Tłuszcz: 95.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 374.23 g; W tym cukry: 78.45 g; Błonnik pok.: 31.91 g; Sód: 3355.29 mg;	Wartość energetyczna: 2664.27 kcal; Białko ogółem: 119.14 g; Tłuszcz: 83.20 g; Kw. tł. nasy.: 39.10 g; Węglowodany ogółem: 376.82 g; W tym cukry: 111.42 g; Błonnik pok.: 28.01 g; Sód: 2673.10 mg;	Wartość energetyczna: 2177.69 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.55 g; Węglowodany ogółem: 299.73 g; W tym cukry: 95.96 g; Błonnik pok.: 22.75 g; Sód: 2814.83 mg;	Wartość energetyczna: 2424.12 kcal; Białko ogółem: 119.59 g; Tłuszcz: 93.73 g; Kw. tł. nasy.: 37.18 g; Węglowodany ogółem: 307.50 g; W tym cukry: 44.72 g; Błonnik pok.: 40.23 g; Sód: 2733.95 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-07-15 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ</u> , <u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Eskalopka z kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z marchewką * 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z marchewką * 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką (bez oleju) # 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z marchewką * 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2605.65 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 98.68 g; Kw. tł. nasy.: 39.69 g; Węglowodany ogółem: 329.80 g; W tym cukry: 88.69 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sód: 2807.98 mg;	Wartość energetyczna: 2515.42 kcal; Białko ogółem: 113.21 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 33.11 g; Węglowodany ogółem: 345.66 g; W tym cukry: 100.05 g; Błonnik pok.: 24.62 g; Sód: 2508.37 mg;	Wartość energetyczna: 2081.02 kcal; Białko ogółem: 109.22 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 292.03 g; W tym cukry: 77.82 g; Błonnik pok.: 22.34 g; Sód: 2822.54 mg;	Wartość energetyczna: 2112.82 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 74.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.75 g; Węglowodany ogółem: 278.91 g; W tym cukry: 62.58 g; Błonnik pok.: 31.82 g; Sód: 2576.72 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo.przysw. węglowodanów
2026-07-16 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 1szt. 1 szt Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2653.40 kcal; Białko ogółem: 121.15 g; Tłuszcz: 77.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 387.05 g; W tym cukry: 105.46 g; Błonnik pok.: 29.12 g; Sód: 2296.06 mg;	Wartość energetyczna: 2380.71 kcal; Białko ogółem: 116.61 g; Tłuszcz: 65.23 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 349.08 g; W tym cukry: 108.73 g; Błonnik pok.: 26.75 g; Sód: 2670.81 mg;	Wartość energetyczna: 2091.74 kcal; Białko ogółem: 114.32 g; Tłuszcz: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 17.72 g; Węglowodany ogółem: 303.20 g; W tym cukry: 95.41 g; Błonnik pok.: 24.77 g; Sód: 2704.70 mg;	Wartość energetyczna: 2024.79 kcal; Białko ogółem: 103.87 g; Tłuszcz: 67.61 g; Kw. tł. nasy.: 25.22 g; Węglowodany ogółem: 279.82 g; W tym cukry: 53.61 g; Błonnik pok.: 36.55 g; Sód: 2539.26 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-07-17 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba smażona (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Morszczuk) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2487.56 kcal; Białko ogółem: 112.18 g; Tłuszcz: 77.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.11 g; Węglowodany ogółem: 350.57 g; W tym cukry: 112.64 g; Błonnik pok.: 22.86 g; Sód: 2025.97 mg;	Wartość energetyczna: 2307.29 kcal; Białko ogółem: 107.88 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 27.02 g; Węglowodany ogółem: 344.19 g; W tym cukry: 111.28 g; Błonnik pok.: 20.44 g; Sód: 2125.37 mg;	Wartość energetyczna: 1974.16 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 49.55 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; W tym cukry: 81.60 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sód: 2535.49 mg;	Wartość energetyczna: 2064.37 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 290.10 g; W tym cukry: 84.43 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sód: 2741.47 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-07-18 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Sałatka z buraczków i jabłka (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2553.73 kcal; Białko ogółem: 105.12 g; Tłuszcz: 86.22 g; Kw. tł. nasy.: 42.92 g; Węglowodany ogółem: 358.32 g; W tym cukry: 108.25 g; Błonnik pok.: 34.43 g; Sód: 3038.90 mg;	Wartość energetyczna: 2403.55 kcal; Białko ogółem: 101.05 g; Tłuszcz: 77.64 g; Kw. tł. nasy.: 36.50 g; Węglowodany ogółem: 345.60 g; W tym cukry: 112.50 g; Błonnik pok.: 34.20 g; Sód: 3046.91 mg;	Wartość energetyczna: 2137.60 kcal; Białko ogółem: 104.84 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw. tł. nasy.: 25.75 g; Węglowodany ogółem: 304.86 g; W tym cukry: 100.11 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sód: 2987.64 mg;	Wartość energetyczna: 1998.71 kcal; Białko ogółem: 90.66 g; Tłuszcz: 75.33 g; Kw. tł. nasy.: 33.61 g; Węglowodany ogółem: 270.12 g; W tym cukry: 54.61 g; Błonnik pok.: 39.51 g; Sód: 2904.03 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo.przysw.węglowodanów
2026-07-19 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko 1 szt 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Ogórek świeży 100 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Kotlet schabowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym i musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2732.13 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 99.55 g; Kw. tł. nasy.: 37.48 g; Węglowodany ogółem: 350.12 g; W tym cukry: 94.06 g; Błonnik pok.: 21.14 g; Sód: 2914.42 mg;	Wartość energetyczna: 2518.63 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; W tym cukry: 95.13 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sód: 2814.24 mg;	Wartość energetyczna: 2133.72 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sód: 2888.49 mg;	Wartość energetyczna: 2107.42 kcal; Białko ogółem: 111.24 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 269.79 g; W tym cukry: 56.18 g; Błonnik pok.: 27.24 g; Sód: 2861.24 mg;

Oznaczenia alergenów:

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

Oznaczenia wskaźników odż.:

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