

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu
2026-07-20 poniedziałek	Śniadanie Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 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 a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany z ziolami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 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 ryбно- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет ryбно- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bulka 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2356.50 kcal; Białko ogółem: 102.79 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.85 g; Węglowodany ogółem: 355.32 g; W tym cukry: 96.04 g; Błonnik pok.: 39.67 g; Sód: 3531.11 mg;	Wartość energetyczna: 2436.06 kcal; Białko ogółem: 125.41 g; Tłuszcz: 74.18 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; W tym cukry: 92.63 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sód: 2991.27 mg;	Wartość energetyczna: 2147.04 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 312.88 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sód: 2920.03 mg;	Wartość energetyczna: 2004.17 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 289.21 g; W tym cukry: 46.60 g; Błonnik pok.: 43.76 g; Sód: 3417.54 mg;	Wartość energetyczna: 2265.60 kcal; Białko ogółem: 97.65 g; Tłuszcz: 66.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.06 g; Węglowodany ogółem: 344.81 g; W tym cukry: 88.69 g; Błonnik pok.: 39.67 g; Sód: 3465.11 mg;	Wartość energetyczna: 2345.16 kcal; Białko ogółem: 120.27 g; Tłuszcz: 71.18 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 321.84 g; W tym cukry: 85.28 g; Błonnik pok.: 24.30 g; Sód: 2925.27 mg;	Wartość energetyczna: 2147.04 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 312.88 g; W tym cukry: 100.77 g; Błonnik pok.: 22.64 g; Sód: 2920.03 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-21 wtorek	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g
	Obiad Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>)	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<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 70 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)
PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Miód (25g) 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Miód (25g) 1 szt		
	Wartość energetyczna: 2827.70 kcal; Białko ogółem: 127.54 g; Tłuszcz: 103.21 g; Kw. tł. nasy.: 44.86 g; Węglowodany ogółem: 364.79 g; W tym cukry: 91.62 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sód: 3141.73 mg;	Wartość energetyczna: 2792.41 kcal; Białko ogółem: 132.42 g; Tłuszcz: 91.41 g; Kw. tł. nasy.: 39.93 g; Węglowodany ogółem: 371.76 g; W tym cukry: 97.45 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sód: 2684.55 mg;	Wartość energetyczna: 2109.73 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 62.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.36 g; Węglowodany ogółem: 295.05 g; W tym cukry: 78.13 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sód: 2705.93 mg;	Wartość energetyczna: 2275.23 kcal; Białko ogółem: 118.93 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 286.36 g; W tym cukry: 40.79 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sód: 3690.15 mg;	Wartość energetyczna: 2736.80 kcal; Białko ogółem: 122.40 g; Tłuszcz: 100.21 g; Kw. tł. nasy.: 43.07 g; Węglowodany ogółem: 354.28 g; W tym cukry: 84.27 g; Błonnik pok.: 26.42 g; Sód: 3075.73 mg;	Wartość energetyczna: 2732.03 kcal; Białko ogółem: 131.16 g; Tłuszcz: 89.96 g; Kw. tł. nasy.: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 361.50 g; W tym cukry: 90.19 g; Błonnik pok.: 23.10 g; Sód: 2810.20 mg;	Wartość energetyczna: 2140.26 kcal; Białko ogółem: 107.64 g; Tłuszcz: 64.20 g; Kw. tł. nasy.: 24.84 g; Węglowodany ogółem: 295.31 g; W tym cukry: 78.22 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sód: 2897.58 mg;

		BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-22 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) 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>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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>) 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>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 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>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 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 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 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Pasztet z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 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 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 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)
		Wartość energetyczna: 2443.59 kcal; Białko ogółem: 108.65 g; Tłuszcz: 85.49 g; Kw. tł. nasy.: 38.19 g; Węglowodany ogółem: 336.04 g; W tym cukry: 72.91 g; Błonnik pok.: 30.47 g; Sód: 3265.22 mg;	Wartość energetyczna: 2247.18 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 317.99 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sód: 2910.23 mg;	Wartość energetyczna: 2062.53 kcal; Białko ogółem: 97.24 g; Tłuszcz: 51.15 g; Kw. tł. nasy.: 16.17 g; Węglowodany ogółem: 320.18 g; W tym cukry: 94.38 g; Błonnik pok.: 22.61 g; Sód: 2837.64 mg;	Wartość energetyczna: 2176.67 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 282.38 g; W tym cukry: 29.04 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sód: 3314.29 mg;	Wartość energetyczna: 2504.76 kcal; Białko ogółem: 111.74 g; Tłuszcz: 89.08 g; Kw. tł. nasy.: 38.55 g; Węglowodany ogółem: 341.01 g; W tym cukry: 73.38 g; Błonnik pok.: 31.66 g; Sód: 3294.35 mg;	Wartość energetyczna: 2232.78 kcal; Białko ogółem: 106.86 g; Tłuszcz: 67.58 g; Kw. tł. nasy.: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 319.83 g; W tym cukry: 73.84 g; Błonnik pok.: 21.81 g; Sód: 2910.23 mg;	Wartość energetyczna: 2058.21 kcal; Białko ogółem: 96.86 g; Tłuszcz: 51.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.16 g; Węglowodany ogółem: 319.40 g; W tym cukry: 94.11 g; Błonnik pok.: 22.23 g; Sód: 2836.56 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu
Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) 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, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
2026-07-23 czwartek Obiad	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z kukini z kielbasą 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemiński młode z koperkiem 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	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z kukini z kielbasą 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zieminiaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemiński młode z koperkiem 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
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 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.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 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.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g
PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>)
	Wartość energetyczna: 2739.37 kcal; Białko ogółem: 112.12 g; Tłuszcz: 94.47 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 362.72 g; W tym cukry: 70.78 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sód: 3971.93 mg;	Wartość energetyczna: 2516.81 kcal; Białko ogółem: 121.52 g; Tłuszcz: 68.01 g; Kw. tł. nasy.: 30.07 g; Węglowodany ogółem: 367.28 g; W tym cukry: 73.48 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sód: 2998.87 mg;	Wartość energetyczna: 2059.59 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 288.57 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sód: 3270.75 mg;	Wartość energetyczna: 2011.71 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 287.84 g; W tym cukry: 35.87 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sód: 2909.14 mg;	Wartość energetyczna: 2648.47 kcal; Białko ogółem: 106.98 g; Tłuszcz: 91.47 g; Kw. tł. nasy.: 32.01 g; Węglowodany ogółem: 352.21 g; W tym cukry: 63.43 g; Błonnik pok.: 25.28 g; Sód: 3905.93 mg;	Wartość energetyczna: 2425.91 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 65.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 356.77 g; W tym cukry: 66.13 g; Błonnik pok.: 21.10 g; Sód: 2932.87 mg;	Wartość energetyczna: 2059.59 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 18.64 g; Węglowodany ogółem: 288.57 g; W tym cukry: 55.64 g; Błonnik pok.: 25.30 g; Sód: 3270.75 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Arbuz 200 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>)
Obiad	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z kukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g Salata zielona 20 g
PN	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczyczo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczyczo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2574.06 kcal; Białko ogółem: 121.39 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 355.39 g; W tym cukry: 110.40 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sód: 2494.92 mg;	Wartość energetyczna: 2535.92 kcal; Białko ogółem: 115.96 g; Tłuszcz: 70.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 368.39 g; W tym cukry: 128.30 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sód: 1878.23 mg;	Wartość energetyczna: 2235.27 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 341.79 g; W tym cukry: 116.71 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sód: 2216.72 mg;	Wartość energetyczna: 2063.85 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 273.73 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sód: 2573.48 mg;	Wartość energetyczna: 2483.16 kcal; Białko ogółem: 116.25 g; Tłuszcz: 80.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.89 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; W tym cukry: 103.05 g; Błonnik pok.: 27.88 g; Sód: 2428.92 mg;	Wartość energetyczna: 2445.02 kcal; Białko ogółem: 110.82 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kw. tł. nasy.: 25.24 g; Węglowodany ogółem: 357.88 g; W tym cukry: 120.95 g; Błonnik pok.: 19.71 g; Sód: 1812.23 mg;	Wartość energetyczna: 2235.27 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 55.01 g; Kw. tł. nasy.: 13.78 g; Węglowodany ogółem: 341.79 g; W tym cukry: 116.71 g; Błonnik pok.: 21.33 g; Sód: 2216.72 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo.przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-25 sobota	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 60 g (MLE,) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Salatka z buraczków i jabłka (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ,) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Salatka z buraczków i jabłka (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
2026-07-25 sobota	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Serek homo z natką pietruszki 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Nektarynka 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt
2026-07-25 sobota							
	Wartość energetyczna: 2703.19 kcal; Białko ogółem: 132.72 g; Tłuszcz: 87.77 g; Kw. tł. nasy.: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 373.46 g; W tym cukry: 105.20 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sód: 3507.62 mg;	Wartość energetyczna: 2599.09 kcal; Białko ogółem: 126.60 g; Tłuszcz: 83.25 g; Kw. tł. nasy.: 33.24 g; Węglowodany ogółem: 353.06 g; W tym cukry: 106.66 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sód: 2918.23 mg;	Wartość energetyczna: 2085.68 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 303.55 g; W tym cukry: 103.62 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 2602.30 mg;	Wartość energetyczna: 2253.75 kcal; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; W tym cukry: 56.04 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sód: 3055.55 mg;	Wartość energetyczna: 2578.37 kcal; Białko ogółem: 127.58 g; Tłuszcz: 84.77 g; Kw. tł. nasy.: 31.87 g; Węglowodany ogółem: 354.47 g; W tym cukry: 89.37 g; Błonnik pok.: 38.82 g; Sód: 3441.53 mg;	Wartość energetyczna: 2474.27 kcal; Białko ogółem: 121.46 g; Tłuszcz: 80.25 g; Kw. tł. nasy.: 31.45 g; Węglowodany ogółem: 334.07 g; W tym cukry: 90.83 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sód: 2852.14 mg;	Wartość energetyczna: 2085.68 kcal; Białko ogółem: 107.77 g; Tłuszcz: 56.18 g; Kw. tł. nasy.: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 303.55 g; W tym cukry: 103.62 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 2602.30 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo.przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-26 niedziela	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU, JECZ.</u>) 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa z/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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja	Kolacja
	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/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, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/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, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/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, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/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, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt
	Wartość energetyczna: 2539.31 kcal; Białko ogółem: 121.90 g; Tłuszcz: 83.50 g; Kw. tł. nasy.: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 349.24 g; W tym cukry: 114.29 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sód: 3484.68 mg;	Wartość energetyczna: 2578.89 kcal; Białko ogółem: 124.55 g; Tłuszcz: 80.51 g; Kw. tł. nasy.: 37.80 g; Węglowodany ogółem: 352.76 g; W tym cukry: 112.22 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sód: 3112.35 mg;	Wartość energetyczna: 2147.68 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 297.16 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sód: 2845.53 mg;	Wartość energetyczna: 2195.53 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 270.35 g; W tym cukry: 57.20 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sód: 3393.61 mg;	Wartość energetyczna: 2414.49 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 80.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.23 g; Węglowodany ogółem: 330.25 g; W tym cukry: 98.46 g; Błonnik pok.: 29.51 g; Sód: 3418.59 mg;	Wartość energetyczna: 2454.07 kcal; Białko ogółem: 119.41 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.01 g; Węglowodany ogółem: 333.77 g; W tym cukry: 96.39 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sód: 3046.26 mg;	Wartość energetyczna: 2147.68 kcal; Białko ogółem: 110.86 g; Tłuszcz: 63.72 g; Kw. tł. nasy.: 24.62 g; Węglowodany ogółem: 297.16 g; W tym cukry: 75.75 g; Błonnik pok.: 23.64 g; Sód: 2845.53 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	
2026-07-27 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) 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>) Serek twarogowy homogenizowany 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>) 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>) 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Banan 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>) 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 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 Serek twarogowy homogenizowany 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 JĘCZ,</u>) Salatka wiosenna - diety 80 g Salata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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 Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Kanapka z szynką i salată (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i salată (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i salată (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i salată (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2928.90 kcal; Białko ogółem: 108.34 g; Tłuszcz: 82.70 g; Kw. tł. nasy.: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 465.12 g; W tym cukry: 146.60 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sód: 3806.78 mg;	Wartość energetyczna: 2959.39 kcal; Białko ogółem: 108.84 g; Tłuszcz: 76.66 g; Kw. tł. nasy.: 36.49 g; Węglowodany ogółem: 476.12 g; W tym cukry: 152.86 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 3091.38 mg;	Wartość energetyczna: 2306.99 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; W tym cukry: 96.73 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sód: 3440.65 mg;	Wartość energetyczna: 2364.22 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 300.58 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 38.97 g; Sód: 3655.07 mg;	Wartość energetyczna: 2804.08 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 79.70 g; Kw. tł. nasy.: 42.45 g; Węglowodany ogółem: 446.13 g; W tym cukry: 130.77 g; Błonnik pok.: 32.72 g; Sód: 3740.69 mg;	Wartość energetyczna: 2834.57 kcal; Białko ogółem: 103.70 g; Tłuszcz: 73.66 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 457.13 g; W tym cukry: 137.03 g; Błonnik pok.: 26.34 g; Sód: 3025.29 mg;	Wartość energetyczna: 2306.99 kcal; Białko ogółem: 110.98 g; Tłuszcz: 66.66 g; Kw. tł. nasy.: 21.64 g; Węglowodany ogółem: 335.28 g; W tym cukry: 96.73 g; Błonnik pok.: 26.58 g; Sód: 3440.65 mg;	

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu
2026-07-28 wtorek	Śniadanie Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</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 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</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 Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</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 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem 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	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem 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
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 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>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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 Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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 (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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 Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)		
	Wartość energetyczna: 2265.29 kcal; Białko ogółem: 118.99 g; Tłuszcz: 67.19 g; Kw. tł. nasy.: 29.50 g; Węglowodany ogółem: 319.00 g; W tym cukry: 89.91 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 3530.69 mg;	Wartość energetyczna: 2335.91 kcal; Białko ogółem: 121.24 g; Tłuszcz: 67.29 g; Kw. tł. nasy.: 29.46 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; W tym cukry: 92.62 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sód: 3067.69 mg;	Wartość energetyczna: 1965.72 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 79.61 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sód: 2817.45 mg;	Wartość energetyczna: 1815.60 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 243.18 g; W tym cukry: 34.35 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sód: 2962.71 mg;	Wartość energetyczna: 2174.39 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 64.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 308.49 g; W tym cukry: 82.56 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 3464.69 mg;	Wartość energetyczna: 2245.01 kcal; Białko ogółem: 116.10 g; Tłuszcz: 64.29 g; Kw. tł. nasy.: 27.67 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; W tym cukry: 85.27 g; Błonnik pok.: 21.50 g; Sód: 3001.69 mg;	Wartość energetyczna: 1965.72 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 49.17 g; Kw. tł. nasy.: 16.49 g; Węglowodany ogółem: 287.15 g; W tym cukry: 79.61 g; Błonnik pok.: 21.45 g; Sód: 2817.45 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-29 środa	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 150 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 homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 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>) Ser topiony 50 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem 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	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem 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
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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>) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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>) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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>) Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, masło 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2796.11 kcal; Białko ogółem: 125.40 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 392.17 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sód: 4062.95 mg;	Wartość energetyczna: 2601.96 kcal; Białko ogółem: 129.30 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 377.54 g; W tym cukry: 102.20 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 3162.19 mg;	Wartość energetyczna: 2116.99 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 311.97 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sód: 3382.72 mg;	Wartość energetyczna: 2158.18 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tł. nasy.: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sód: 3382.52 mg;	Wartość energetyczna: 2796.11 kcal; Białko ogółem: 125.40 g; Tłuszcz: 92.57 g; Kw. tł. nasy.: 41.53 g; Węglowodany ogółem: 392.17 g; W tym cukry: 107.83 g; Błonnik pok.: 33.51 g; Sód: 4062.95 mg;	Wartość energetyczna: 2601.96 kcal; Białko ogółem: 129.30 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 377.54 g; W tym cukry: 102.20 g; Błonnik pok.: 24.11 g; Sód: 3162.19 mg;	Wartość energetyczna: 2116.99 kcal; Białko ogółem: 109.67 g; Tłuszcz: 55.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 311.97 g; W tym cukry: 89.38 g; Błonnik pok.: 23.63 g; Sód: 3382.72 mg;

		BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-30 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banana 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Banana 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banana 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/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>) 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banana 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Banana 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 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 Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 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 siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasztet z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 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 Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		
		Wartość energetyczna: 2798.94 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 397.02 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sód: 3152.03 mg;	Wartość energetyczna: 2672.90 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 382.57 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sód: 3068.42 mg;	Wartość energetyczna: 2121.10 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; W tym cukry: 83.67 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sód: 3393.10 mg;	Wartość energetyczna: 2375.03 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; W tym cukry: 44.36 g; Błonnik pok.: 41.84 g; Sód: 3024.59 mg;	Wartość energetyczna: 2798.94 kcal; Białko ogółem: 115.27 g; Tłuszcz: 94.13 g; Kw. tł. nasy.: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 397.02 g; W tym cukry: 93.26 g; Błonnik pok.: 34.19 g; Sód: 3152.03 mg;	Wartość energetyczna: 2672.90 kcal; Białko ogółem: 123.80 g; Tłuszcz: 77.78 g; Kw. tł. nasy.: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 382.57 g; W tym cukry: 97.63 g; Błonnik pok.: 22.69 g; Sód: 3068.42 mg;	Wartość energetyczna: 2121.10 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 55.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; W tym cukry: 83.67 g; Błonnik pok.: 22.67 g; Sód: 3393.10 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo.przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-07-31 piątek	Śniadanie Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 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 JĘCZ,</u>) Dżem 60 g Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 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 JĘCZ,</u>) Dżem 60 g Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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 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 JĘCZ,</u>) Dżem 60 g Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona w panierce (Morszczuk) (bez dodatku oleju) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) 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	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem 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	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona w panierce (Morszczuk) (bez dodatku oleju) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem 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	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ,</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 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 z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 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>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Mix салат 20 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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 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 z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2347.42 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 345.98 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sód: 2490.83 mg;	Wartość energetyczna: 2437.96 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; W tym cukry: 89.82 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sód: 2242.78 mg;	Wartość energetyczna: 2095.65 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 303.56 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 2910.29 mg;	Wartość energetyczna: 2073.08 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 252.62 g; W tym cukry: 38.11 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sód: 2452.44 mg;	Wartość energetyczna: 2347.42 kcal; Białko ogółem: 108.49 g; Tłuszcz: 70.13 g; Kw. tł. nasy.: 26.82 g; Węglowodany ogółem: 345.98 g; W tym cukry: 89.46 g; Błonnik pok.: 32.90 g; Sód: 2490.83 mg;	Wartość energetyczna: 2437.96 kcal; Białko ogółem: 126.93 g; Tłuszcz: 75.71 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 329.01 g; W tym cukry: 89.82 g; Błonnik pok.: 26.16 g; Sód: 2242.78 mg;	Wartość energetyczna: 2095.65 kcal; Białko ogółem: 112.62 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 303.56 g; W tym cukry: 83.42 g; Błonnik pok.: 25.91 g; Sód: 2910.29 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu
2026-08-01 sobota	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 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. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane (bez oleju) 100 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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, S02.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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, S02.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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, S02.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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, S02.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 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, S02.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN Kanaпка z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanaпка z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2507.01 kcal; Białko ogółem: 117.68 g; Tłuszcz: 87.83 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 336.52 g; W tym cukry: 62.71 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 3698.45 mg;	Wartość energetyczna: 2534.22 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 59.80 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sód: 3298.78 mg;	Wartość energetyczna: 2123.98 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 288.60 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 3522.01 mg;	Wartość energetyczna: 2139.11 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 268.23 g; W tym cukry: 28.83 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sód: 3226.39 mg;	Wartość energetyczna: 2507.01 kcal; Białko ogółem: 117.68 g; Tłuszcz: 87.83 g; Kw. tł. nasy.: 39.73 g; Węglowodany ogółem: 336.52 g; W tym cukry: 62.71 g; Błonnik pok.: 29.23 g; Sód: 3698.45 mg;	Wartość energetyczna: 2534.22 kcal; Białko ogółem: 121.49 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 59.80 g; Błonnik pok.: 20.07 g; Sód: 3298.78 mg;	Wartość energetyczna: 2123.98 kcal; Białko ogółem: 105.96 g; Tłuszcz: 68.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 288.60 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 3522.01 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu
2026-08-02 niedziela	Śniadanie Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Kalarepa 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Arbuz 200 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Salata zielona 20 g Kalarepa 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Arbuz 200 g Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Arbuz 200 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL) Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowo-warzywny jablko-malina-burak 120g 1 szt (może zawierać: MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	
	Wartość energetyczna: 2407.46 kcal; Białko ogółem: 129.62 g; Tłuszcz: 63.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.70 g; Węglowodany ogółem: 347.99 g; W tym cukry: 102.39 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sód: 2886.34 mg;	Wartość energetyczna: 2463.91 kcal; Białko ogółem: 131.65 g; Tłuszcz: 64.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 350.41 g; W tym cukry: 102.51 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sód: 2513.76 mg;	Wartość energetyczna: 2068.47 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 303.41 g; W tym cukry: 77.34 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 2517.87 mg;	Wartość energetyczna: 2129.15 kcal; Białko ogółem: 128.79 g; Tłuszcz: 64.06 g; Kw. tł. nasy.: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 290.39 g; W tym cukry: 62.71 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sód: 3108.10 mg;	Wartość energetyczna: 2316.56 kcal; Białko ogółem: 124.48 g; Tłuszcz: 60.91 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; W tym cukry: 95.04 g; Błonnik pok.: 26.36 g; Sód: 2820.34 mg;	Wartość energetyczna: 2373.01 kcal; Białko ogółem: 126.51 g; Tłuszcz: 61.81 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 339.90 g; W tym cukry: 95.16 g; Błonnik pok.: 21.07 g; Sód: 2447.76 mg;	Wartość energetyczna: 2068.47 kcal; Białko ogółem: 107.21 g; Tłuszcz: 53.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 303.41 g; W tym cukry: 77.34 g; Błonnik pok.: 24.53 g; Sód: 2517.87 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-20 poniedziałek	Śniadanie Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałatka wiosenna 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
Wartość energetyczna: 2004.17 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 66.61 g; Kw. tł. nasy.: 26.83 g; Węglowodany ogółem: 289.21 g; W tym cukry: 46.60 g; Błonnik pok.: 43.76 g; Sód: 3417.54 mg;	

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-21 wtorek	Śniadanie
	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g
	Obiad
	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL</u>)
	Kolacja
	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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>)
	PN
	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
Wartość energetyczna: 2275.23 kcal; Białko ogółem: 118.93 g; Tłuszcz: 85.61 g; Kw. tł. nasy.: 35.42 g; Węglowodany ogółem: 286.36 g; W tym cukry: 40.79 g; Błonnik pok.: 35.25 g; Sód: 3690.15 mg;	

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-22 środa	Śniadanie 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет z soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2176.67 kcal; Białko ogółem: 107.45 g; Tłuszcz: 83.76 g; Kw. tł. nasy.: 37.67 g; Węglowodany ogółem: 282.38 g; W tym cukry: 29.04 g; Błonnik pok.: 34.12 g; Sód: 3314.29 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-23 czwartek	Śniadanie 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>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja 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.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>)
	Wartość energetyczna: 2011.71 kcal; Białko ogółem: 103.56 g; Tłuszcz: 60.93 g; Kw. tł. nasy.: 25.45 g; Węglowodany ogółem: 287.84 g; W tym cukry: 35.87 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sód: 2909.14 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-24 piątek	Śniadanie Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Arbuz 200 g Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Tofu 60 g (<u>SOJ</u>)
	Obiad Zupa wiosenna z cukinią i makaronem# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2063.85 kcal; Białko ogółem: 107.16 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 273.73 g; W tym cukry: 54.12 g; Błonnik pok.: 33.42 g; Sód: 2573.48 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-25 sobota	Śniadanie Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek 60 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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Paszlet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2253.75 kcal; Białko ogółem: 119.91 g; Tłuszcz: 79.31 g; Kw. tł. nasy.: 28.67 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; W tym cukry: 56.04 g; Błonnik pok.: 37.95 g; Sód: 3055.55 mg;

2026-07-26 niedziela		BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
	Śniadanie	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>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ.</u> <u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	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 ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2195.53 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 85.52 g; Kw. tł. nasy.: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 270.35 g; W tym cukry: 57.20 g; Błonnik pok.: 33.26 g; Sód: 3393.61 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-27 poniedziałek	Śniadanie 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>) Szyńka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Salatka wiosenna 80 g Salata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2364.22 kcal; Białko ogółem: 118.02 g; Tłuszcz: 90.86 g; Kw. tł. nasy.: 40.63 g; Węglowodany ogółem: 300.58 g; W tym cukry: 43.18 g; Błonnik pok.: 38.97 g; Sód: 3655.07 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-28 wtorek	Śniadanie 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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ. MLE. SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ. MLE.</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 1815.60 kcal; Białko ogółem: 109.81 g; Tłuszcz: 57.61 g; Kw. tł. nasy.: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 243.18 g; W tym cukry: 34.35 g; Błonnik pok.: 30.98 g; Sód: 2962.71 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ograniczk.przysw.węglowodanów	
2026-07-29 środa	Śniadanie Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 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 homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki młode z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tt.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanapka z twarogiem i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, twaróg 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2158.18 kcal; Białko ogółem: 116.85 g; Tłuszcz: 64.77 g; Kw. tt. nasy.: 28.25 g; Węglowodany ogółem: 309.15 g; W tym cukry: 56.09 g; Błonnik pok.: 33.64 g; Sód: 3382.52 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-30 czwartek	Śniadanie 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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ</u>)
	Wartość energetyczna: 2375.03 kcal; Białko ogółem: 106.77 g; Tłuszcz: 89.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 316.81 g; W tym cukry: 44.36 g; Błonnik pok.: 41.84 g; Sód: 3024.59 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-07-31 piątek	Śniadanie Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE SEL</u> <u>GLU JEĆZ</u>) Ryba pieczona (Morszczuk) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki młode z koperkiem 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
	Kolacja 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>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 80 g Mix salat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2073.08 kcal; Białko ogółem: 122.65 g; Tłuszcz: 77.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 252.62 g; W tym cukry: 38.11 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sód: 2452.44 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-08-01 sobota	Śniadanie 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 śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziolowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja 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, S02</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2139.11 kcal; Białko ogółem: 111.08 g; Tłuszcz: 80.75 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 268.23 g; W tym cukry: 28.83 g; Błonnik pok.: 34.16 g; Sód: 3226.39 mg;

BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów	
2026-08-02 niedziela	Śniadanie 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>) Sałata zielona 20 g Kalarepa 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ MLE SEL</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Pomidor 80 g Mix salát 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2038.25 kcal; Białko ogółem: 123.65 g; Tłuszcz: 61.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.94 g; Węglowodany ogółem: 279.88 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 31.07 g; Sód: 3042.10 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,