

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-03 poniedziałek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Ogórek świeży 100 g Banana 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 g Banana 150 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Pomidor 100 g Banana 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) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE) Ogórek świeży 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zupa wiosenna z cukinią i ziemniakami # 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) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLU PSZ, MLE) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Tofu 60 g (SOJ) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pomidor 100 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) Tofu 60 g (SOJ) Pomidor 100 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) Tofu 60 g (SOJ) Pomidor 100 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) Tofu 60 g (SOJ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2800.61 kcal; Białko ogółem: 115.99 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 394.77 g; W tym cukry: 84.37 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sód: 3261.19 mg;	Wartość energetyczna: 2482.24 kcal; Białko ogółem: 108.59 g; Tłuszcz: 69.12 g; Kw. tł. nasy.: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 372.74 g; W tym cukry: 85.82 g; Błonnik pok.: 26.04 g; Sód: 2933.65 mg;	Wartość energetyczna: 2174.06 kcal; Białko ogółem: 111.00 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.16 g; Węglowodany ogółem: 309.12 g; W tym cukry: 71.59 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sód: 3156.56 mg;	Wartość energetyczna: 2393.83 kcal; Białko ogółem: 112.34 g; Tłuszcz: 92.05 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 315.45 g; W tym cukry: 46.78 g; Błonnik pok.: 42.11 g; Sód: 3318.45 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-08-04 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 150 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 Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy pieczony mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>)	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Zrazik wieprzowy gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalarepa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2565.51 kcal; Białko ogółem: 111.85 g; Tłuszcz: 91.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.02 g; Węglowodany ogółem: 337.05 g; W tym cukry: 75.34 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sód: 2869.86 mg;	Wartość energetyczna: 2347.85 kcal; Białko ogółem: 111.19 g; Tłuszcz: 70.37 g; Kw. tł. nasy.: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 331.62 g; W tym cukry: 72.55 g; Błonnik pok.: 22.02 g; Sód: 2430.96 mg;	Wartość energetyczna: 1820.75 kcal; Białko ogółem: 103.75 g; Tłuszcz: 46.99 g; Kw. tł. nasy.: 14.19 g; Węglowodany ogółem: 261.43 g; W tym cukry: 62.89 g; Błonnik pok.: 22.94 g; Sód: 2576.94 mg;	Wartość energetyczna: 2069.26 kcal; Białko ogółem: 108.50 g; Tłuszcz: 72.91 g; Kw. tł. nasy.: 28.04 g; Węglowodany ogółem: 269.51 g; W tym cukry: 44.47 g; Błonnik pok.: 35.40 g; Sód: 2797.34 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-05 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) 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 zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 150 g Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Ogórek świeży 100 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Mus z truskawek* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</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>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2367.18 kcal; Białko ogółem: 127.92 g; Tłuszcz: 71.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.48 g; Węglowodany ogółem: 319.59 g; W tym cukry: 74.25 g; Błonnik pok.: 23.49 g; Sód: 3102.66 mg;	Wartość energetyczna: 2432.64 kcal; Białko ogółem: 127.79 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 336.38 g; W tym cukry: 92.52 g; Błonnik pok.: 24.29 g; Sód: 3136.36 mg;	Wartość energetyczna: 2126.83 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 59.08 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 299.99 g; W tym cukry: 81.76 g; Błonnik pok.: 24.38 g; Sód: 3111.27 mg;	Wartość energetyczna: 2052.39 kcal; Białko ogółem: 123.74 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 26.36 g; Węglowodany ogółem: 259.27 g; W tym cukry: 43.03 g; Błonnik pok.: 30.61 g; Sód: 3318.43 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 100 g Arbuz 200 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twarożek 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Arbuz 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 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.) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (MLE.)			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 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 a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 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 a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Pomidor 100 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 a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2805.21 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 102.11 g; Kw. tł. nasy.: 40.40 g; Węglowodany ogółem: 361.31 g; W tym cukry: 98.85 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sód: 4085.45 mg;	Wartość energetyczna: 2393.41 kcal; Białko ogółem: 112.67 g; Tłuszcz: 77.41 g; Kw. tł. nasy.: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 327.46 g; W tym cukry: 100.34 g; Błonnik pok.: 24.97 g; Sód: 2522.22 mg;	Wartość energetyczna: 1956.63 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 19.05 g; Węglowodany ogółem: 269.74 g; W tym cukry: 69.93 g; Błonnik pok.: 22.49 g; Sód: 2679.94 mg;	Wartość energetyczna: 2132.43 kcal; Białko ogółem: 108.51 g; Tłuszcz: 75.56 g; Kw. tł. nasy.: 31.32 g; Węglowodany ogółem: 282.07 g; W tym cukry: 77.74 g; Błonnik pok.: 31.60 g; Sód: 2676.83 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal masłany 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 Banan 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Rogal masłany 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej 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	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Brama) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Brama) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Brama) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	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 razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</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>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu i marchewki 60 g (<u>SOJ.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2397.44 kcal; Białko ogółem: 108.32 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kw. tł. nasy.: 29.49 g; Węglowodany ogółem: 355.20 g; W tym cukry: 106.62 g; Błonnik pok.: 22.99 g; Sód: 2080.24 mg;	Wartość energetyczna: 2520.47 kcal; Białko ogółem: 105.23 g; Tłuszcz: 71.60 g; Kw. tł. nasy.: 29.80 g; Węglowodany ogółem: 376.66 g; W tym cukry: 107.32 g; Błonnik pok.: 23.32 g; Sód: 2240.50 mg;	Wartość energetyczna: 2179.81 kcal; Białko ogółem: 109.97 g; Tłuszcz: 57.12 g; Kw. tł. nasy.: 18.32 g; Węglowodany ogółem: 319.36 g; W tym cukry: 72.56 g; Błonnik pok.: 21.97 g; Sód: 2914.91 mg;	Wartość energetyczna: 2085.18 kcal; Białko ogółem: 114.52 g; Tłuszcz: 68.50 g; Kw. tł. nasy.: 28.91 g; Węglowodany ogółem: 283.23 g; W tym cukry: 49.31 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sód: 2833.35 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-08 sobota	Śniadanie	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>) 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>) Pasta z brokuła * 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g		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 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<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>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pasta z brokuła * 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	Obiad	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka pieczony 120 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki 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	Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet z soczewicy* 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sałatka wiosenna - diety 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasztet z soczewicy* 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Sałatka wiosenna 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2630.86 kcal; Białko ogółem: 139.56 g; Tłuszcz: 94.24 g; Kw. tł. nasy.: 39.37 g; Węglowodany ogółem: 324.02 g; W tym cukry: 74.60 g; Błonnik pok.: 28.96 g; Sód: 3971.97 mg;	Wartość energetyczna: 2545.47 kcal; Białko ogółem: 137.63 g; Tłuszcz: 95.59 g; Kw. tł. nasy.: 39.96 g; Węglowodany ogółem: 300.13 g; W tym cukry: 75.57 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sód: 4022.58 mg;	Wartość energetyczna: 2186.01 kcal; Białko ogółem: 124.30 g; Tłuszcz: 77.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 263.43 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 21.91 g; Sód: 3481.10 mg;	Wartość energetyczna: 2300.72 kcal; Białko ogółem: 134.13 g; Tłuszcz: 89.84 g; Kw. tł. nasy.: 38.44 g; Węglowodany ogółem: 270.40 g; W tym cukry: 53.53 g; Błonnik pok.: 34.39 g; Sód: 3993.71 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-09 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MŁE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MŁE, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MŁE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MŁE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MŁE, SEL, GOR, S02.</u>) Banan 150 g Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (<u>MŁE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MŁE, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Banan 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>MŁE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MŁE, SEL, GOR, S02.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MŁE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej 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>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Cukinia pieczona 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>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MŁE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MŁE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MŁE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MŁE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MŁE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MŁE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MŁE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MŁE.</u>) Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MŁE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 100 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MŁE.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MŁE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MŁE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2863.07 kcal; Białko ogółem: 154.44 g; Tłuszcz: 113.49 g; Kw. tł. nasy.: 46.60 g; Węglowodany ogółem: 322.79 g; W tym cukry: 97.87 g; Błonnik pok.: 24.21 g; Sód: 3276.44 mg;	Wartość energetyczna: 2821.32 kcal; Białko ogółem: 157.00 g; Tłuszcz: 107.50 g; Kw. tł. nasy.: 36.45 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; W tym cukry: 97.92 g; Błonnik pok.: 22.95 g; Sód: 2912.44 mg;	Wartość energetyczna: 2467.99 kcal; Białko ogółem: 140.78 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 306.32 g; W tym cukry: 90.67 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sód: 2874.32 mg;	Wartość energetyczna: 2489.61 kcal; Białko ogółem: 150.26 g; Tłuszcz: 107.83 g; Kw. tł. nasy.: 44.93 g; Węglowodany ogółem: 257.13 g; W tym cukry: 57.29 g; Błonnik pok.: 30.88 g; Sód: 3446.58 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylia 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylia 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylia 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Jabłko pieczone 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylia 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Kapuśniak z kapusty białej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 60 g (<u>SOJ.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 70 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 ZYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2566.98 kcal; Białko ogółem: 95.95 g; Tłuszcz: 71.81 g; Kw. tł. nasy.: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 401.11 g; W tym cukry: 127.48 g; Błonnik pok.: 25.72 g; Sód: 2126.89 mg;	Wartość energetyczna: 2488.99 kcal; Białko ogółem: 87.63 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 396.24 g; W tym cukry: 122.81 g; Błonnik pok.: 24.57 g; Sód: 1991.42 mg;	Wartość energetyczna: 1870.95 kcal; Białko ogółem: 96.74 g; Tłuszcz: 56.92 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 259.39 g; W tym cukry: 60.57 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sód: 2763.62 mg;	Wartość energetyczna: 2126.58 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 69.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.15 g; Węglowodany ogółem: 290.29 g; W tym cukry: 67.00 g; Błonnik pok.: 29.35 g; Sód: 2441.74 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Pomidor 100 g Banan 150 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Banan 150 g Pomidor 100 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.) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (MLE.) Ogórek świeży 100 g Nektarynka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Buraczki gotowane z olejem 100 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ.) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza gryczana 200 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ.) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 100 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 100 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 100 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.) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2966.09 kcal; Białko ogółem: 142.12 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kw. tł. nasy.: 31.15 g; Węglowodany ogółem: 405.50 g; W tym cukry: 101.03 g; Błonnik pok.: 33.06 g; Sód: 3274.25 mg;	Wartość energetyczna: 2528.20 kcal; Białko ogółem: 128.51 g; Tłuszcz: 68.84 g; Kw. tł. nasy.: 31.49 g; Węglowodany ogółem: 365.29 g; W tym cukry: 102.03 g; Błonnik pok.: 27.18 g; Sód: 2930.49 mg;	Wartość energetyczna: 2125.41 kcal; Białko ogółem: 106.12 g; Tłuszcz: 66.86 g; Kw. tł. nasy.: 26.42 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 88.37 g; Błonnik pok.: 21.92 g; Sód: 2816.22 mg;	Wartość energetyczna: 2439.55 kcal; Białko ogółem: 136.33 g; Tłuszcz: 83.58 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 320.66 g; W tym cukry: 55.83 g; Błonnik pok.: 40.61 g; Sód: 3068.14 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Pomidor 100 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Brzoskwinia 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 100 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z marchewką * 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z marchewką * 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką (bez oleju) # 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałata zielona z kefirem 60 g (<u>MLE</u>) Dynia duszona z marchewką * 140 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 200 ml (<u>MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2604.19 kcal; Białko ogółem: 122.42 g; Tłuszcz: 92.91 g; Kw. tł. nasy.: 40.59 g; Węglowodany ogółem: 335.01 g; W tym cukry: 86.52 g; Błonnik pok.: 23.79 g; Sód: 2905.45 mg;	Wartość energetyczna: 2465.91 kcal; Białko ogółem: 113.03 g; Tłuszcz: 78.88 g; Kw. tł. nasy.: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 340.43 g; W tym cukry: 97.03 g; Błonnik pok.: 24.31 g; Sód: 2522.80 mg;	Wartość energetyczna: 2077.84 kcal; Białko ogółem: 107.18 g; Tłuszcz: 58.75 g; Kw. tł. nasy.: 20.33 g; Węglowodany ogółem: 294.44 g; W tym cukry: 83.54 g; Błonnik pok.: 22.08 g; Sód: 2857.42 mg;	Wartość energetyczna: 2286.81 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 88.15 g; Kw. tł. nasy.: 39.18 g; Węglowodany ogółem: 282.83 g; W tym cukry: 65.86 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sód: 3094.05 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Banan 150 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 z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2625.41 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 77.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 379.33 g; W tym cukry: 98.73 g; Błonnik pok.: 29.54 g; Sód: 2290.73 mg;	Wartość energetyczna: 2332.21 kcal; Białko ogółem: 116.11 g; Tłuszcz: 65.08 g; Kw. tł. nasy.: 28.81 g; Węglowodany ogółem: 337.33 g; W tym cukry: 99.13 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sód: 2670.31 mg;	Wartość energetyczna: 2043.24 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 54.12 g; Kw. tł. nasy.: 17.65 g; Węglowodany ogółem: 291.45 g; W tym cukry: 85.81 g; Błonnik pok.: 23.92 g; Sód: 2704.20 mg;	Wartość energetyczna: 2135.30 kcal; Białko ogółem: 110.87 g; Tłuszcz: 71.04 g; Kw. tł. nasy.: 27.08 g; Węglowodany ogółem: 293.15 g; W tym cukry: 62.78 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sód: 2628.93 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 100 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Ryba pieczona w panierce (Brama) (bez dodatku oleju) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Brama) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Brama) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Pulpet rybny (Brama) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty młodej z olejem 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2257.63 kcal; Białko ogółem: 99.33 g; Tłuszcz: 57.05 g; Kw. tł. nasy.: 27.03 g; Węglowodany ogółem: 350.54 g; W tym cukry: 112.65 g; Błonnik pok.: 22.85 g; Sód: 1902.29 mg;	Wartość energetyczna: 2250.59 kcal; Białko ogółem: 100.56 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.38 g; Węglowodany ogółem: 339.74 g; W tym cukry: 111.19 g; Błonnik pok.: 20.30 g; Sód: 2002.97 mg;	Wartość energetyczna: 1917.46 kcal; Białko ogółem: 90.65 g; Tłuszcz: 48.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.75 g; Węglowodany ogółem: 294.60 g; W tym cukry: 81.51 g; Błonnik pok.: 21.69 g; Sód: 2413.09 mg;	Wartość energetyczna: 2097.70 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 65.84 g; Kw. tł. nasy.: 29.13 g; Węglowodany ogółem: 294.91 g; W tym cukry: 90.65 g; Błonnik pok.: 32.68 g; Sód: 2713.50 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-15 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Banan 150 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kefir 2 % tł200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Sałatka z buraczków i jabłka (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt		Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2417.57 kcal; Białko ogółem: 119.27 g; Tłuszcz: 71.88 g; Kw. tł. nasy.: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 344.87 g; W tym cukry: 94.71 g; Błonnik pok.: 34.26 g; Sód: 2853.92 mg;	Wartość energetyczna: 2335.18 kcal; Białko ogółem: 117.60 g; Tłuszcz: 68.70 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 333.05 g; W tym cukry: 98.42 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 2931.52 mg;	Wartość energetyczna: 2091.35 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 60.16 g; Kw. tł. nasy.: 23.89 g; Węglowodany ogółem: 289.21 g; W tym cukry: 89.83 g; Błonnik pok.: 26.52 g; Sód: 2935.39 mg;	Wartość energetyczna: 2057.10 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 70.54 g; Kw. tł. nasy.: 26.66 g; Węglowodany ogółem: 276.81 g; W tym cukry: 58.68 g; Błonnik pok.: 41.69 g; Sód: 2924.20 mg;

		BB- BCO PL D01 Podstawowa	BB- BCO PL D02 Łatwo strawna	BB- BCO PL D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO PL D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowodanów
2026-08-16 niedziela	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko 150 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 100 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	PD	Budyń o smaku śmietankowym i musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			
	Kolacja	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta warzywna # 100 g (<u>SEL.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2492.07 kcal; Białko ogółem: 122.90 g; Tłuszcz: 80.84 g; Kw. tł. nasy.: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 332.52 g; W tym cukry: 93.88 g; Błonnik pok.: 21.71 g; Sód: 3056.70 mg;	Wartość energetyczna: 2518.63 kcal; Białko ogółem: 122.04 g; Tłuszcz: 81.90 g; Kw. tł. nasy.: 33.39 g; Węglowodany ogółem: 335.82 g; W tym cukry: 95.13 g; Błonnik pok.: 21.26 g; Sód: 2814.24 mg;	Wartość energetyczna: 2133.72 kcal; Białko ogółem: 110.18 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 19.33 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; W tym cukry: 91.42 g; Błonnik pok.: 23.54 g; Sód: 2888.49 mg;	Wartość energetyczna: 2313.58 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 90.71 g; Kw. tł. nasy.: 41.35 g; Węglowodany ogółem: 278.65 g; W tym cukry: 61.32 g; Błonnik pok.: 27.78 g; Sód: 3325.76 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,