

	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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów
2026-08-03 poniedziałek	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,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Banan 150 g 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,) 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, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 90 g Rukola 10 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, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 40 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, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Banan 150 g 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,) 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, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 g Jabłko 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, SO2,) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (MLE,) Ogórek świeży 90 g Rukola 10 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 kukinią 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 kukinią i ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udzka 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	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 kukinią 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 kukinią i ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Dynia duszona z olejem* 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
	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,) Tofu 60 g (SOJ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) 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 (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 80 g Sałata zielona 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,) Tofu 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata 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,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Tofu 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) 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 80 g Sałata zielona 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,) Tofu 60 g (SOJ,) 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 (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 80 g Sałata 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,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Tofu 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)
	Wartość energetyczna: 2632.15 kcal; Białko ogółem: 109.49 g; Tłuszcz: 87.88 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 377.52 g; W tym cukry: 81.09 g; Błonnik pok.: 36.01 g; Sód: 4083.76 mg;	Wartość energetyczna: 2381.72 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 361.65 g; W tym cukry: 84.54 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sód: 3404.93 mg;	Wartość energetyczna: 2073.55 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 398.03 g; W tym cukry: 70.31 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sód: 3627.84 mg;	Wartość energetyczna: 2301.78 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 40.52 g; Sód: 3837.02 mg;	Wartość energetyczna: 2648.95 kcal; Białko ogółem: 107.87 g; Tłuszcz: 87.70 g; Kw. tł. nasy.: 34.98 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; W tym cukry: 80.91 g; Błonnik pok.: 34.57 g; Sód: 4179.76 mg;	Wartość energetyczna: 2381.72 kcal; Białko ogółem: 105.00 g; Tłuszcz: 63.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 361.65 g; W tym cukry: 84.54 g; Błonnik pok.: 25.11 g; Sód: 3404.93 mg;	Wartość energetyczna: 2073.55 kcal; Białko ogółem: 107.41 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 16.94 g; Węglowodany ogółem: 398.03 g; W tym cukry: 70.31 g; Błonnik pok.: 22.90 g; Sód: 3627.84 mg;	Wartość energetyczna: 2301.78 kcal; Białko ogółem: 107.94 g; Tłuszcz: 86.84 g; Kw. tł. nasy.: 33.49 g; Węglowodany ogółem: 381.36 g; W tym cukry: 84.50 g; Błonnik pok.: 40.52 g; Sód: 3837.02 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-04 wtorek	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>) 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 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	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 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	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 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	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>) 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 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	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 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	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 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	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 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLUPSZ.</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>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLUPSZ.</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>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Mieśo drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g (<u>GLUPSZ.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt Brokuł gotowany z olejem* 100 g	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLUPSZ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mieśo drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g (<u>GLUPSZ.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLUPSZ.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt Brokuł gotowany z olejem* 100 g	
	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 Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	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 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	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 Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	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 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			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 Przecier owocowy jabłko-truskawka 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			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: 2697.53 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 94.93 g; Kw. tł. nasy.: 43.37 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 80.01 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sód: 3353.61 mg;	Wartość energetyczna: 2553.65 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 357.08 g; W tym cukry: 79.76 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sód: 2563.37 mg;	Wartość energetyczna: 1968.92 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sód: 2614.54 mg;	Wartość energetyczna: 2292.93 kcal; Białko ogółem: 132.09 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 287.27 g; W tym cukry: 39.50 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sód: 3327.69 mg;	Wartość energetyczna: 2697.53 kcal; Białko ogółem: 123.95 g; Tłuszcz: 94.93 g; Kw. tł. nasy.: 43.37 g; Węglowodany ogółem: 355.26 g; W tym cukry: 80.01 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sód: 3353.61 mg;	Wartość energetyczna: 2553.65 kcal; Białko ogółem: 126.66 g; Tłuszcz: 73.94 g; Kw. tł. nasy.: 28.06 g; Węglowodany ogółem: 357.08 g; W tym cukry: 79.76 g; Błonnik pok.: 21.22 g; Sód: 2563.37 mg;	Wartość energetyczna: 1968.92 kcal; Białko ogółem: 106.84 g; Tłuszcz: 47.51 g; Kw. tł. nasy.: 14.41 g; Węglowodany ogółem: 291.85 g; W tym cukry: 70.26 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sód: 2614.54 mg;	Wartość energetyczna: 2292.93 kcal; Białko ogółem: 132.09 g; Tłuszcz: 81.40 g; Kw. tł. nasy.: 30.18 g; Węglowodany ogółem: 287.27 g; W tym cukry: 39.50 g; Błonnik pok.: 37.69 g; Sód: 3327.69 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-05 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<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>), Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 80 g (<u>MLE</u>), Brzoskwinia 150 g (<u>GLU PSZ</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt (<u>MLE</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>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 80 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<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>), Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Ogórek świeży 80 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>), Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>), Ogórek świeży 80 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>), Salata zielona 20 g	
	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>), Ziemiaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i 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>), Ziemiaki 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>), Ziemiaki 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>), Ziemiaki 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	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>), Ziemiaki 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>), Ziemiaki 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>), Sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemiaki 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>), Ziemiaki 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
	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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata 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>), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata 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>), Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02</u>), Pasztet rybno-warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>), Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u>), 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, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u>), 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, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Wartość energetyczna: 2342.58 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 346.41 g; W tym cukry: 88.44 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sód: 3628.22 mg;	Wartość energetyczna: 2475.92 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 369.33 g; W tym cukry: 108.63 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 3311.32 mg;	Wartość energetyczna: 2170.10 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 97.87 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sód: 3286.23 mg;	Wartość energetyczna: 2111.69 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 346.41 g; W tym cukry: 88.44 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sód: 3828.59 mg;	Wartość energetyczna: 2342.58 kcal; Białko ogółem: 113.04 g; Tłuszcz: 66.18 g; Kw. tł. nasy.: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 346.41 g; W tym cukry: 88.44 g; Błonnik pok.: 29.86 g; Sód: 3628.22 mg;	Wartość energetyczna: 2475.92 kcal; Białko ogółem: 115.82 g; Tłuszcz: 66.50 g; Kw. tł. nasy.: 27.92 g; Węglowodany ogółem: 369.33 g; W tym cukry: 108.63 g; Błonnik pok.: 25.14 g; Sód: 3311.32 mg;	Wartość energetyczna: 2170.10 kcal; Białko ogółem: 103.92 g; Tłuszcz: 54.27 g; Kw. tł. nasy.: 16.50 g; Węglowodany ogółem: 332.94 g; W tym cukry: 97.87 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sód: 3286.23 mg;	Wartość energetyczna: 2111.69 kcal; Białko ogółem: 118.50 g; Tłuszcz: 70.04 g; Kw. tł. nasy.: 29.45 g; Węglowodany ogółem: 346.41 g; W tym cukry: 88.44 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sód: 3828.59 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-06 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) 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.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) 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 (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) 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 (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Arbuz 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) 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 (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) 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 (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) 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 (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa z olejem # 80 g (SEL.) Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Mix salat 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 140 g Mix salat z marchewką i olejem 60 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka 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 (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Bukiet jarzyn gotowany # 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Mix salat 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Mix salat 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Mix salat 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 (GLUPSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udzka 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 (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLUPSZ.) Mix salat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 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 (GLUPSZ.) 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 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 (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ.) 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 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 (GLUPSZ.) 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) 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 (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ.) 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: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Serek ziarnisty 150g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g								
	Wartość energetyczna: 2895.34 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; Tłuszcz: 112.89 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 351.70 g; W tym cukry: 84.62 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sód: 5021.47 mg;	Wartość energetyczna: 2551.54 kcal; Białko ogółem: 130.97 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; W tym cukry: 88.20 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sód: 3106.25 mg;	Wartość energetyczna: 2114.76 kcal; Białko ogółem: 127.24 g; Tłuszcz: 66.64 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 266.34 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sód: 3263.97 mg;	Wartość energetyczna: 2290.56 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 278.66 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sód: 3260.86 mg;	Wartość energetyczna: 2895.34 kcal; Białko ogółem: 130.25 g; Tłuszcz: 112.89 g; Kw. tł. nasy.: 43.31 g; Węglowodany ogółem: 351.70 g; W tym cukry: 84.62 g; Błonnik pok.: 36.94 g; Sód: 5021.47 mg;	Wartość energetyczna: 2551.54 kcal; Białko ogółem: 130.97 g; Tłuszcz: 88.29 g; Kw. tł. nasy.: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 324.05 g; W tym cukry: 88.20 g; Błonnik pok.: 25.00 g; Sód: 3106.25 mg;	Wartość energetyczna: 2114.76 kcal; Białko ogółem: 127.24 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 21.90 g; Węglowodany ogółem: 266.34 g; W tym cukry: 57.79 g; Błonnik pok.: 22.52 g; Sód: 3263.97 mg;	Wartość energetyczna: 2290.56 kcal; Białko ogółem: 126.82 g; Tłuszcz: 86.44 g; Kw. tł. nasy.: 34.16 g; Węglowodany ogółem: 278.66 g; W tym cukry: 65.60 g; Błonnik pok.: 31.63 g; Sód: 3260.86 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-07 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 60 g Banan 150 g Pomidor 80 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 60 g Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Margaryna porjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Jabko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Dżem 60 g Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ,) Rogal maślany 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Margaryna porjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Jabko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Sos cytrynowy 100 ml (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	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,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porjowa 15g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porjowa 15g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z tofu i marchewki 60 g (SOJ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE,) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2274.86 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; W tym cukry: 104.24 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sód: 1855.85 mg;	Wartość energetyczna: 2455.89 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sód: 1792.11 mg;	Wartość energetyczna: 2115.23 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 306.23 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 2466.52 mg;	Wartość energetyczna: 2039.19 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 276.07 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sód: 2576.96 mg;	Wartość energetyczna: 2274.86 kcal; Białko ogółem: 100.89 g; Tłuszcz: 65.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.87 g; Węglowodany ogółem: 335.81 g; W tym cukry: 104.24 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sód: 1855.85 mg;	Wartość energetyczna: 2455.89 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 71.30 g; Kw. tł. nasy.: 30.14 g; Węglowodany ogółem: 363.53 g; W tym cukry: 106.44 g; Błonnik pok.: 21.34 g; Sód: 1792.11 mg;	Wartość energetyczna: 2115.23 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 56.82 g; Kw. tł. nasy.: 18.66 g; Węglowodany ogółem: 306.23 g; W tym cukry: 71.68 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 2466.52 mg;	Wartość energetyczna: 2039.19 kcal; Białko ogółem: 107.05 g; Tłuszcz: 68.12 g; Kw. tł. nasy.: 29.32 g; Węglowodany ogółem: 276.07 g; W tym cukry: 48.46 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sód: 2576.96 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. węglowod. nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowod. nów
2026-08-08 sobota	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 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 (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) 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 (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 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 (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) 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 (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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 (MLE, SEL.) 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 (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) 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
	Kolacja	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 z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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 z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g	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.) Sałatka wiosenna 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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.) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Sałatka wiosenna - diety 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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 z soczewicy * 60 g (GLU PSZ, JAJ.) Sałatka wiosenna 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Przecier owocowy jablko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2489.36 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 91.19 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sód: 3487.07 mg;	Wartość energetyczna: 2457.73 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; W tym cukry: 93.64 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sód: 3186.20 mg;	Wartość energetyczna: 2165.74 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 297.66 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 3033.08 mg;	Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; W tym cukry: 53.81 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sód: 3428.41 mg;	Wartość energetyczna: 2489.36 kcal; Białko ogółem: 113.01 g; Tłuszcz: 81.42 g; Kw. tł. nasy.: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 351.29 g; W tym cukry: 91.19 g; Błonnik pok.: 34.42 g; Sód: 3487.07 mg;	Wartość energetyczna: 2457.73 kcal; Białko ogółem: 113.99 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.25 g; Węglowodany ogółem: 333.04 g; W tym cukry: 93.64 g; Błonnik pok.: 26.09 g; Sód: 3186.20 mg;	Wartość energetyczna: 2165.74 kcal; Białko ogółem: 102.67 g; Tłuszcz: 69.54 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 297.66 g; W tym cukry: 80.99 g; Błonnik pok.: 23.34 g; Sód: 3033.08 mg;	Wartość energetyczna: 2257.87 kcal; Białko ogółem: 117.00 g; Tłuszcz: 83.69 g; Kw. tł. nasy.: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 295.56 g; W tym cukry: 53.81 g; Błonnik pok.: 36.35 g; Sód: 3428.41 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-09 niedziela	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Rzodkiew biała 80 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. 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 (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwiowym 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 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.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ.) może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02. Rzodkiew biała 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Obiad Rosół z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, SEL.) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, SEL.) 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 (GLUPSZ, SEL.) 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 (GLUPSZ, SEL.) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, SEL.) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, SEL.) 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 (GLUPSZ, SEL.) 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 (GLUPSZ, SEL.) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, SEL.) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Serek a'la homogenizowany 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Filet zapiekany drobiowy 50 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Wafle ryżowe 30 g Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	Wartość energetyczna: 2408.85 kcal; Białko ogółem: 136.55 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 313.93 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2679.86 mg;	Wartość energetyczna: 2342.30 kcal; Białko ogółem: 150.11 g; Tłuszcz: 97.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 245.92 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sód: 3758.85 mg;
	Wartość energetyczna: 2730.76 kcal; Białko ogółem: 150.21 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 326.06 g; W tym cukry: 90.21 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sód: 3023.11 mg;	Wartość energetyczna: 2762.17 kcal; Białko ogółem: 152.77 g; Tłuszcz: 99.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g; W tym cukry: 92.49 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2717.98 mg;	Wartość energetyczna: 2408.85 kcal; Białko ogółem: 136.55 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 313.93 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2679.86 mg;	Wartość energetyczna: 2342.30 kcal; Białko ogółem: 150.11 g; Tłuszcz: 97.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 245.92 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sód: 3758.85 mg;	Wartość energetyczna: 2730.76 kcal; Białko ogółem: 150.21 g; Tłuszcz: 102.23 g; Kw. tł. nasy.: 34.20 g; Węglowodany ogółem: 326.06 g; W tym cukry: 90.21 g; Błonnik pok.: 29.88 g; Sód: 3023.11 mg;	Wartość energetyczna: 2762.17 kcal; Białko ogółem: 152.77 g; Tłuszcz: 99.10 g; Kw. tł. nasy.: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g; W tym cukry: 92.49 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2717.98 mg;	Wartość energetyczna: 2408.85 kcal; Białko ogółem: 136.55 g; Tłuszcz: 74.23 g; Kw. tł. nasy.: 23.47 g; Węglowodany ogółem: 313.93 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2679.86 mg;	Wartość energetyczna: 2342.30 kcal; Białko ogółem: 150.11 g; Tłuszcz: 97.26 g; Kw. tł. nasy.: 32.61 g; Węglowodany ogółem: 245.92 g; W tym cukry: 40.60 g; Błonnik pok.: 31.67 g; Sód: 3758.85 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. węglowod. nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowod. nów
2026-08-10 poniedziałek	Śniadanie Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 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 bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 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 Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g 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 (brązowy) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) 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 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 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
	Kolacja Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 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>)	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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 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>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt 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>) 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>) Pasta z twarogu i rzodkiewki 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 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 JECZ.</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>) 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>) 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 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>) 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>) 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 JECZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	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: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	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: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2719.17 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kw. tł. nasy.: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 433.84 g; W tym cukry: 128.17 g; Błonnik pok.: 32.36 g; Sód: 2578.77 mg;	Wartość energetyczna: 2692.44 kcal; Białko ogółem: 102.20 g; Tłuszcz: 66.73 g; Kw. tł. nasy.: 32.48 g; Węglowodany ogółem: 436.15 g; W tym cukry: 127.11 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sód: 2032.26 mg;	Wartość energetyczna: 2104.99 kcal; Białko ogółem: 109.85 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 314.97 g; W tym cukry: 55.69 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sód: 2923.51 mg;	Wartość energetyczna: 2399.87 kcal; Białko ogółem: 126.91 g; Tłuszcz: 80.60 g; Kw. tł. nasy.: 33.70 g; Węglowodany ogółem: 324.14 g; W tym cukry: 70.63 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sód: 3023.42 mg;	Wartość energetyczna: 2628.27 kcal; Białko ogółem: 96.24 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kw. tł. nasy.: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 423.33 g; W tym cukry: 120.82 g; Błonnik pok.: 32.36 g; Sód: 2512.77 mg;	Wartość energetyczna: 2601.54 kcal; Białko ogółem: 97.06 g; Tłuszcz: 63.73 g; Kw. tł. nasy.: 30.69 g; Węglowodany ogółem: 425.64 g; W tym cukry: 119.76 g; Błonnik pok.: 25.23 g; Sód: 1966.26 mg;	Wartość energetyczna: 1966.99 kcal; Białko ogółem: 105.40 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 285.22 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 24.42 g; Sód: 2731.51 mg;	Wartość energetyczna: 2308.97 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 77.60 g; Kw. tł. nasy.: 31.91 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; W tym cukry: 63.28 g; Błonnik pok.: 37.32 g; Sód: 2957.42 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-11 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Banan 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>GLUPSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 150 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 150 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sałata zielona 20 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Nektarynka 150 g Ogórek świeży 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) 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 (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (<u>GLUPSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) 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 (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLUPSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (<u>GLUPSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLUPSZ, JAJ,</u>) Sos ziołowy* 100 ml (<u>GLUPSZ, SEL,</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z kalarepki, jabłka i marchewki z olejem () 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</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>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, 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>GLUPSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, 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>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, 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>GLUPSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLUPSZ, JAJ, RYB,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2976.66 kcal; Białko ogółem: 141.35 g; Tłuszcz: 91.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sód: 3708.03 mg;	Wartość energetyczna: 2690.64 kcal; Białko ogółem: 131.92 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 391.31 g; W tym cukry: 91.24 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 3000.92 mg;	Wartość energetyczna: 2268.92 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 309.76 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2899.21 mg;	Wartość energetyczna: 2614.71 kcal; Białko ogółem: 144.86 g; Tłuszcz: 88.81 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 347.31 g; W tym cukry: 53.86 g; Błonnik pok.: 40.56 g; Sód: 3328.32 mg;	Wartość energetyczna: 2976.66 kcal; Białko ogółem: 141.35 g; Tłuszcz: 91.44 g; Kw. tł. nasy.: 31.62 g; Węglowodany ogółem: 410.31 g; W tym cukry: 89.97 g; Błonnik pok.: 35.80 g; Sód: 3708.03 mg;	Wartość energetyczna: 2690.64 kcal; Białko ogółem: 131.92 g; Tłuszcz: 73.99 g; Kw. tł. nasy.: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 391.31 g; W tym cukry: 91.24 g; Błonnik pok.: 25.67 g; Sód: 3000.92 mg;	Wartość energetyczna: 2268.92 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 72.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.07 g; Węglowodany ogółem: 309.76 g; W tym cukry: 79.55 g; Błonnik pok.: 21.85 g; Sód: 2899.21 mg;	Wartość energetyczna: 2523.81 kcal; Białko ogółem: 139.72 g; Tłuszcz: 85.81 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 336.80 g; W tym cukry: 46.51 g; Błonnik pok.: 40.56 g; Sód: 3262.32 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-12 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<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>) 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>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 150 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	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>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Brzoskwinia 150 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 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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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>) 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>) Brzoskwinia 150 g Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Ryż na mleku 300 ml (<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>) Serek homogenizowany o smaku waniliowym 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 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>) 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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Brzoskwinia 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 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>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 20 g Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>) Brzoskwinia 150 g Sałata zielona 20 g Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Gryskowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ziemiaki gotowane 200 g (<u>MLE</u>) 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	Gryskowa # 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>) Ziemiaki 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	Gryskowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemiaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką (bez oleju) # 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa # 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>) Ziemiaki 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	Gryskowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemiaki gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g 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>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa # 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>) Ziemiaki 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	Gryskowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemiaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką (bez oleju) # 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Gryskowa # 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>) 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
	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 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 80 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>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasztet 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 80 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 Szynekowa 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 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>) Pasztet 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 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>) Pasztet 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 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>) Pasztet 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 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 Szynekowa 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 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>) Pasztet 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 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	W	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	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- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	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: 2628.54 kcal; Białko ogółem: 122.70 g; Tłuszcz: 91.71 g; Kw. tł. nasy.: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 350.21 g; W tym cukry: 83.23 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sód: 3269.70 mg;	Wartość energetyczna: 2522.95 kcal; Białko ogółem: 114.19 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kw. tł. nasy.: 32.34 g; Węglowodany ogółem: 354.55 g; W tym cukry: 91.94 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sód: 2531.84 mg;	Wartość energetyczna: 2043.99 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 298.05 g; W tym cukry: 71.10 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sód: 2800.45 mg;	Wartość energetyczna: 2387.35 kcal; Białko ogółem: 127.86 g; Tłuszcz: 92.17 g; Kw. tł. nasy.: 41.60 g; Węglowodany ogółem: 293.90 g; W tym cukry: 50.01 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sód: 3594.34 mg;	Wartość energetyczna: 2537.64 kcal; Białko ogółem: 117.56 g; Tłuszcz: 88.71 g; Kw. tł. nasy.: 38.35 g; Węglowodany ogółem: 339.70 g; W tym cukry: 75.88 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sód: 3203.70 mg;	Wartość energetyczna: 2432.05 kcal; Białko ogółem: 109.05 g; Tłuszcz: 74.48 g; Kw. tł. nasy.: 30.55 g; Węglowodany ogółem: 344.04 g; W tym cukry: 84.59 g; Błonnik pok.: 23.19 g; Sód: 2465.84 mg;	Wartość energetyczna: 2432.05 kcal; Białko ogółem: 103.20 g; Tłuszcz: 54.36 g; Kw. tł. nasy.: 18.02 g; Węglowodany ogółem: 298.05 g; W tym cukry: 71.10 g; Błonnik pok.: 20.96 g; Sód: 2800.45 mg;	Wartość energetyczna: 2296.45 kcal; Białko ogółem: 122.72 g; Tłuszcz: 89.17 g; Kw. tł. nasy.: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 283.39 g; W tym cukry: 42.66 g; Błonnik pok.: 35.48 g; Sód: 3528.34 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-13 czwartek	Śniadanie	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Banan 150 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 jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 150 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 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 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 z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Banan 150 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 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>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 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>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 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>) Schab pieczony w rekawie 120 g 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>) Schab pieczony w rekawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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>) Schab pieczony w rekawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 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	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rekawie 120 g 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>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g 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>) 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>) Schab pieczony w rekawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 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
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) 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>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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 z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) 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>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 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 z ciecierzycy* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</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		
	Wartość energetyczna: 2678.74 kcal; Białko ogółem: 134.66 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 89.81 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sód: 2744.12 mg;	Wartość energetyczna: 2587.28 kcal; Białko ogółem: 139.21 g; Tłuszcz: 69.72 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 358.43 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2521.18 mg;	Wartość energetyczna: 2059.43 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 292.71 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sód: 2672.73 mg;	Wartość energetyczna: 2437.63 kcal; Białko ogółem: 143.51 g; Tłuszcz: 77.91 g; Kw. tł. nasy.: 31.08 g; Węglowodany ogółem: 325.81 g; W tym cukry: 56.42 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sód: 2905.76 mg;	Wartość energetyczna: 2678.74 kcal; Białko ogółem: 134.66 g; Tłuszcz: 77.70 g; Kw. tł. nasy.: 29.41 g; Węglowodany ogółem: 375.80 g; W tym cukry: 89.81 g; Błonnik pok.: 31.93 g; Sód: 2744.12 mg;	Wartość energetyczna: 2496.38 kcal; Białko ogółem: 134.07 g; Tłuszcz: 66.72 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 347.92 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2455.18 mg;	Wartość energetyczna: 2059.43 kcal; Białko ogółem: 109.24 g; Tłuszcz: 53.93 g; Kw. tł. nasy.: 15.47 g; Węglowodany ogółem: 292.71 g; W tym cukry: 72.61 g; Błonnik pok.: 22.81 g; Sód: 2672.73 mg;	Wartość energetyczna: 2346.73 kcal; Białko ogółem: 138.37 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 315.30 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sód: 2839.76 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-14 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</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>) Dżem 60 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Arbuz 200 g 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	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 Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Arbuz 200 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Dżem 60 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>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 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>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 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 Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 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 kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Arbuz 200 g Salata zielona 20 g Pomidor 80 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>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>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>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>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>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>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	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>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>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>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>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>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) 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 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>) Twarożek ze szczypiorkiem 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>) 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>) 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twarożek z koperkiem 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>) Twarożek ze szczypiorkiem 60 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>) Twarożek ze szczypiorkiem 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>) 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>) Salata 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Twarożek z koperkiem 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>) Twarożek ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>)	
	Wartość energetyczna: 2369.12 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 61.48 g; Kw. tł. nasy.: 29.26 g; Węglowodany ogółem: 372.11 g; W tym cukry: 114.14 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sód: 3224.88 mg;	Wartość energetyczna: 2406.07 kcal; Białko ogółem: 112.71 g; Tłuszcz: 65.44 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 354.04 g; W tym cukry: 114.51 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sód: 2887.38 mg;	Wartość energetyczna: 1982.04 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sód: 3231.51 mg;	Wartość energetyczna: 2083.98 kcal; Białko ogółem: 117.58 g; Tłuszcz: 66.67 g; Kw. tł. nasy.: 28.97 g; Węglowodany ogółem: 280.41 g; W tym cukry: 69.37 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sód: 3470.51 mg;	Wartość energetyczna: 2278.22 kcal; Białko ogółem: 98.86 g; Tłuszcz: 58.48 g; Kw. tł. nasy.: 27.47 g; Węglowodany ogółem: 361.60 g; W tym cukry: 106.79 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sód: 3158.88 mg;	Wartość energetyczna: 2315.17 kcal; Białko ogółem: 107.57 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kw. tł. nasy.: 27.89 g; Węglowodany ogółem: 343.53 g; W tym cukry: 107.16 g; Błonnik pok.: 19.17 g; Sód: 2821.38 mg;	Wartość energetyczna: 1982.04 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 298.39 g; W tym cukry: 77.47 g; Błonnik pok.: 20.55 g; Sód: 3231.51 mg;	Wartość energetyczna: 1993.08 kcal; Białko ogółem: 112.44 g; Tłuszcz: 63.67 g; Kw. tł. nasy.: 27.18 g; Węglowodany ogółem: 269.90 g; W tym cukry: 62.02 g; Błonnik pok.: 28.86 g; Sód: 3404.51 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-15 sobota	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> .) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Pomidor 80 g Banan 150 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 Sałata zielona 20 g	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> .) 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> .) Pomidor 80 g Banan 150 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 Sałata zielona 20 g	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> .) Pomidor 80 g Banan 150 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> .) 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> .) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Sałata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</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> .) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE</u> .) Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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 Twaróg półtłusty 60 g (<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>) Pomidor 80 g Banan 150 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> .) 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> .) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	
	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> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL</u> .) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL</u> .) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ,</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g 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 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> .) 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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g	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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g	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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	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 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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g	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>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE</u> .) Pomidor 80 g	
	PN	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u> .) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Kanapka 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	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u> .) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Przecier owocowy jabłko-brzoskwinia-twaróg 120g 1 szt (<u>MLE</u> .) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Kanapka 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: 2629.48 kcal; Białko ogółem: 101.52 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kw. tł. nasy.: 42.89 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 107.23 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sód: 3385.44 mg;	Wartość energetyczna: 2563.50 kcal; Białko ogółem: 109.00 g; Tłuszcz: 71.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.42 g; Węglowodany ogółem: 387.53 g; W tym cukry: 112.05 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sód: 2870.29 mg;	Wartość energetyczna: 2162.26 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 317.08 g; W tym cukry: 94.58 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sód: 2820.51 mg;	Wartość energetyczna: 2191.76 kcal; Białko ogółem: 110.81 g; Tłuszcz: 76.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.42 g; Węglowodany ogółem: 302.17 g; W tym cukry: 54.90 g; Błonnik pok.: 39.32 g; Sód: 3428.32 mg;	Wartość energetyczna: 2538.58 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 85.73 g; Kw. tł. nasy.: 41.10 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; W tym cukry: 99.88 g; Błonnik pok.: 34.40 g; Sód: 3319.44 mg;	Wartość energetyczna: 2472.60 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 68.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.63 g; Węglowodany ogółem: 377.02 g; W tym cukry: 104.70 g; Błonnik pok.: 30.04 g; Sód: 2804.29 mg;	Wartość energetyczna: 2162.26 kcal; Białko ogółem: 101.25 g; Tłuszcz: 60.42 g; Kw. tł. nasy.: 24.16 g; Węglowodany ogółem: 317.08 g; W tym cukry: 94.58 g; Błonnik pok.: 23.76 g; Sód: 2820.51 mg;	Wartość energetyczna: 2100.86 kcal; Białko ogółem: 105.67 g; Tłuszcz: 73.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.63 g; Węglowodany ogółem: 291.66 g; W tym cukry: 47.55 g; Błonnik pok.: 39.32 g; Sód: 3362.32 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.węglowoda nów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowoda nów	
2026-08-16 niedziela	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> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/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 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 Salata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/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 100 g (<u>GLU PSZ</u> ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u> ,) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g Salata 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> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u> ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> ,)	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> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Salata zielona 20 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> ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 100 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 (<u>MLE</u> ,) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u> ,) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 20 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> ,) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> ,) 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> ,) 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> ,) 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> ,) 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 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> ,) 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
	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 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> ,) Salata 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> ,) 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> ,) 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 (<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> ,) 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> ,) 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> ,) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> ,) Salata 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> ,) 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> ,) 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 (<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> ,) 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> ,) 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u> ,) Pomidor 80 g Salata zielona 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> ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u> ,) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u> ,)
	Wartość energetyczna: 2322.07 kcal; Białko ogółem: 116.92 g; Tłuszcz: 62.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 343.74 g; W tym cukry: 96.78 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sód: 3094.51 mg;	Wartość energetyczna: 2400.04 kcal; Białko ogółem: 119.87 g; Tłuszcz: 64.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 349.01 g; W tym cukry: 99.16 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sód: 2765.88 mg;	Wartość energetyczna: 2038.57 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sód: 2806.72 mg;	Wartość energetyczna: 2040.84 kcal; Białko ogółem: 118.53 g; Tłuszcz: 60.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 282.24 g; W tym cukry: 49.75 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sód: 2862.08 mg;	Wartość energetyczna: 2231.17 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 59.70 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; W tym cukry: 89.43 g; Błonnik pok.: 25.51 g; Sód: 3028.51 mg;	Wartość energetyczna: 2309.14 kcal; Białko ogółem: 114.73 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 338.50 g; W tym cukry: 91.81 g; Błonnik pok.: 20.32 g; Sód: 2699.88 mg;	Wartość energetyczna: 2038.57 kcal; Białko ogółem: 107.27 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 15.39 g; Węglowodany ogółem: 305.51 g; W tym cukry: 86.77 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sód: 2806.72 mg;	Wartość energetyczna: 1949.94 kcal; Białko ogółem: 113.39 g; Tłuszcz: 57.59 g; Kw. tł. nasy.: 27.36 g; Węglowodany ogółem: 271.73 g; W tym cukry: 42.40 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sód: 2796.08 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,