

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-17 poniedziałek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna - diety 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 rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna - diety 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 rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, RYB.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka wiosenna - diety 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PZ	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy 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
		Wartość energetyczna: 2503.58 kcal; Białko ogółem: 105.01 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 379.10 g; W tym cukry: 114.39 g; Błonnik pok.: 43.01 g; Sód: 3542.00 mg;	Wartość energetyczna: 2526.16 kcal; Białko ogółem: 127.70 g; Tłuszcz: 75.78 g; Kw. tł. nasy.: 31.52 g; Węglowodany ogółem: 353.89 g; W tym cukry: 108.48 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sód: 3004.27 mg;	Wartość energetyczna: 2332.14 kcal; Białko ogółem: 110.40 g; Tłuszcz: 79.53 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 332.80 g; W tym cukry: 78.60 g; Błonnik pok.: 47.10 g; Sód: 3588.93 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-18 wtorek	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>) Paszтет Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g
	II ŚN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek ziemisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 70 g	Serek ziemisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek ziemisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Słupki z marchewki 70 g
	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>)
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 3052.80 kcal; Białko ogółem: 152.89 g; Tłuszcz: 116.60 g; Kw. tł. nasy.: 46.13 g; Węglowodany ogółem: 368.11 g; W tym cukry: 84.60 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 3768.78 mg;	Wartość energetyczna: 3048.03 kcal; Białko ogółem: 161.65 g; Tłuszcz: 106.35 g; Kw. tł. nasy.: 41.69 g; Węglowodany ogółem: 375.33 g; W tym cukry: 90.52 g; Błonnik pok.: 25.62 g; Sód: 3503.25 mg;	Wartość energetyczna: 2668.98 kcal; Białko ogółem: 155.40 g; Tłuszcz: 104.80 g; Kw. tł. nasy.: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 306.37 g; W tym cukry: 48.67 g; Błonnik pok.: 38.10 g; Sód: 4471.45 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-19 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizeria 100 g (<u>MLE.</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет z soczewicy * 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ.</u>) Twarożek 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 soczewicy * 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Przecier owocowo-warzywny jabłko-marchewka 100g 1 szt	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: 2649.96 kcal; Białko ogółem: 119.47 g; Tłuszcz: 93.02 g; Kw. tł. nasy.: 40.73 g; Węglowodany ogółem: 361.52 g; W tym cukry: 86.35 g; Błonnik pok.: 35.70 g; Sód: 3395.51 mg;	Wartość energetyczna: 2377.98 kcal; Białko ogółem: 114.59 g; Tłuszcz: 71.52 g; Kw. tł. nasy.: 31.35 g; Węglowodany ogółem: 335.34 g; W tym cukry: 86.81 g; Błonnik pok.: 25.85 g; Sód: 3011.39 mg;	Wartość energetyczna: 2411.87 kcal; Białko ogółem: 121.48 g; Tłuszcz: 90.70 g; Kw. tł. nasy.: 41.64 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; W tym cukry: 48.31 g; Błonnik pok.: 35.92 g; Sód: 3509.95 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-20 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cieleciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu ze szczypiorkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek świeży 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	II ŚN	Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus z czarnej porzeczki b/c* 50 g	
	Obiad	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z kukini z kielbasą 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Sałata zielona z jogurtem 60 g (<u>MLE,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 25 g	
		Wartość energetyczna: 2648.83 kcal; Białko ogółem: 124.00 g; Tłuszcz: 89.10 g; Kw. tł. nasy.: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 339.92 g; W tym cukry: 79.97 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sód: 3450.00 mg;	Wartość energetyczna: 2426.27 kcal; Białko ogółem: 133.40 g; Tłuszcz: 62.64 g; Kw. tł. nasy.: 26.99 g; Węglowodany ogółem: 344.49 g; W tym cukry: 82.66 g; Błonnik pok.: 27.83 g; Sód: 2476.94 mg;	Wartość energetyczna: 2083.62 kcal; Białko ogółem: 124.26 g; Tłuszcz: 60.54 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 283.04 g; W tym cukry: 56.52 g; Błonnik pok.: 39.47 g; Sód: 2609.21 mg;

	BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-21 piątek	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	II ŚN	II ŚN	II ŚN
	Obiad	Obiad	Obiad
	Kolacja	Kolacja	Kolacja
	PN	PN	PN

	BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-22 sobota	Śniadanie Płatki 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>) Ser mozzarella 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 Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 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 Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 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 Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	II ŚN Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb 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>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Szyńka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Nektarynka 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Nektarynka 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2714.89 kcal; Białko ogółem: 133.59 g; Tłuszcz: 94.41 g; Kw. tł. nasy.: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 361.52 g; W tym cukry: 91.20 g; Błonnik pok.: 39.62 g; Sód: 3441.63 mg;	Wartość energetyczna: 2610.79 kcal; Białko ogółem: 127.46 g; Tłuszcz: 89.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 341.12 g; W tym cukry: 92.66 g; Błonnik pok.: 28.56 g; Sód: 2852.24 mg;	Wartość energetyczna: 2440.27 kcal; Białko ogółem: 129.22 g; Tłuszcz: 90.95 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 307.37 g; W tym cukry: 61.97 g; Błonnik pok.: 38.75 g; Sód: 3095.65 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-23 niedziela	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Arbuz 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Koktajl wielowocowy* b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dyńia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>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</u> , <u>PSZ</u> , <u>SOJ</u> , <u>może zawierać: JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE.</u>)
		Wartość energetyczna: 2570.19 kcal; Białko ogółem: 124.64 g; Tłuszcz: 84.37 g; Kw. tł. nasy.: 38.43 g; Węglowodany ogółem: 354.14 g; W tym cukry: 112.11 g; Błonnik pok.: 32.81 g; Sód: 3520.50 mg;	Wartość energetyczna: 2609.77 kcal; Białko ogółem: 127.29 g; Tłuszcz: 81.38 g; Kw. tł. nasy.: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 357.66 g; W tym cukry: 110.04 g; Błonnik pok.: 26.15 g; Sód: 3148.17 mg;	Wartość energetyczna: 2441.23 kcal; Białko ogółem: 132.44 g; Tłuszcz: 92.39 g; Kw. tł. nasy.: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 303.54 g; W tym cukry: 77.15 g; Błonnik pok.: 36.56 g; Sód: 3590.02 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-24 poniedziałek	Śniadanie	Makaron drobny 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,) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE,) 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,) Sałatka wiosenna - diety 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE,) 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,) Sałatka wiosenna - diety 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE,) 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,) Sałatka wiosenna - diety 80 g Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)
	II ŚN	Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok pomidorowy 0,3l 1 szt	Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczewo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Pieczewo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sok pomidorowy 0,3l 1 szt
	Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Kompot owocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na mleku obiad 300 g (MLE,) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy* 100 g (MLE,) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos szpinakowy* 100 ml (GLU PSZ,) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) 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,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) 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	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Ser żółty 50 g (MLE,) 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
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, 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, SOJ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 3022.15 kcal; Białko ogółem: 107.91 g; Tłuszcz: 86.90 g; Kw. tł. nasy.: 43.14 g; Węglowodany ogółem: 479.23 g; W tym cukry: 133.27 g; Błonnik pok.: 33.66 g; Sód: 4614.58 mg;	Wartość energetyczna: 2995.67 kcal; Białko ogółem: 108.48 g; Tłuszcz: 75.54 g; Kw. tł. nasy.: 35.05 g; Węglowodany ogółem: 487.99 g; W tym cukry: 137.03 g; Błonnik pok.: 27.39 g; Sód: 3901.29 mg;	Wartość energetyczna: 2669.34 kcal; Białko ogółem: 127.11 g; Tłuszcz: 101.01 g; Kw. tł. nasy.: 43.19 g; Węglowodany ogółem: 346.17 g; W tym cukry: 51.99 g; Błonnik pok.: 41.75 g; Sód: 4699.47 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-25 wtorek	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE</u> , <u>GLU</u> , <u>JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Nektarynka 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c 250 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek świeży 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ</u> , <u>GLU</u> , <u>ŻYT.</u>)		Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,3l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU</u> , <u>PSZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2319.59 kcal; Białko ogółem: 121.58 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; W tym cukry: 95.53 g; Błonnik pok.: 28.59 g; Sód: 3565.85 mg;	Wartość energetyczna: 2390.21 kcal; Białko ogółem: 123.83 g; Tłuszcz: 68.23 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 336.88 g; W tym cukry: 98.24 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sód: 3102.85 mg;	Wartość energetyczna: 2050.80 kcal; Białko ogółem: 123.84 g; Tłuszcz: 64.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.28 g; Węglowodany ogółem: 272.99 g; W tym cukry: 53.62 g; Błonnik pok.: 33.31 g; Sód: 3158.37 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-26 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Ser topiony 50 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym b/c z musem truskawkowym 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ.</u>) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет rybno- warzywny (Morszczuk) 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ. może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek ziarnisty 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g		
		Wartość energetyczna: 2894.36 kcal; Białko ogółem: 146.40 g; Tłuszcz: 97.78 g; Kw. tł. nasy.: 44.95 g; Węglowodany ogółem: 383.21 g; W tym cukry: 109.34 g; Błonnik pok.: 34.97 g; Sód: 4738.75 mg;	Wartość energetyczna: 2731.47 kcal; Białko ogółem: 151.07 g; Tłuszcz: 76.56 g; Kw. tł. nasy.: 34.84 g; Węglowodany ogółem: 376.15 g; W tym cukry: 106.81 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sód: 3713.96 mg;	Wartość energetyczna: 2365.09 kcal; Białko ogółem: 143.65 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.40 g; Węglowodany ogółem: 311.92 g; W tym cukry: 67.36 g; Błonnik pok.: 33.48 g; Sód: 3913.59 mg;

	BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-27 czwartek	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE.</u>)
	II ŚN Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus z czarnej porzeczki* b/c 50 g
	Obiad Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Paszтет z fasoli* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sałatka z pomidorów i koperku 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2914.44 kcal; Białko ogółem: 122.32 g; Tłuszcz: 97.23 g; Kw. tł. nasy.: 33.01 g; Węglowodany ogółem: 413.77 g; W tym cukry: 103.16 g; Błonnik pok.: 41.16 g; Sód: 3258.53 mg;	Wartość energetyczna: 2788.40 kcal; Białko ogółem: 130.85 g; Tłuszcz: 80.88 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 399.32 g; W tym cukry: 107.53 g; Błonnik pok.: 29.66 g; Sód: 3174.92 mg;	Wartość energetyczna: 2540.53 kcal; Białko ogółem: 117.12 g; Tłuszcz: 94.73 g; Kw. tł. nasy.: 31.14 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; W tym cukry: 58.36 g; Błonnik pok.: 48.81 g; Sód: 3171.09 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-28 piątek	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II śN	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)	Kisiel o smaku cytrynowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona w panierce (Brama) (bez dodatku oleju) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (<u>MLE, SEL, GLU JĘCZ.</u>) Ryba pieczona (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 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>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek świeży 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2383.00 kcal; Białko ogółem: 109.17 g; Tłuszcz: 70.03 g; Kw. tł. nasy.: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 354.15 g; W tym cukry: 90.17 g; Błonnik pok.: 33.40 g; Sód: 2648.77 mg;	Wartość energetyczna: 2447.64 kcal; Białko ogółem: 119.98 g; Tłuszcz: 74.37 g; Kw. tł. nasy.: 27.86 g; Węglowodany ogółem: 341.43 g; W tym cukry: 94.15 g; Błonnik pok.: 27.41 g; Sód: 2138.18 mg;	Wartość energetyczna: 2154.54 kcal; Białko ogółem: 121.23 g; Tłuszcz: 78.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.66 g; Węglowodany ogółem: 270.09 g; W tym cukry: 45.12 g; Błonnik pok.: 32.50 g; Sód: 2631.68 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-29 sobota	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 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 Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) 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 Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt 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.) 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 Sałata zielona 20 g Brzoskwinia 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	II ŚN	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.) Jabłko 1 szt 1 szt		
	Obiad	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT. może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) 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, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2670.01 kcal; Białko ogółem: 124.88 g; Tłuszcz: 92.43 g; Kw. tł. nasy.: 42.17 g; Węglowodany ogółem: 364.07 g; W tym cukry: 85.46 g; Błonnik pok.: 32.23 g; Sód: 3777.45 mg;	Wartość energetyczna: 2697.22 kcal; Białko ogółem: 128.69 g; Tłuszcz: 90.33 g; Kw. tł. nasy.: 42.05 g; Węglowodany ogółem: 360.60 g; W tym cukry: 82.55 g; Błonnik pok.: 25.81 g; Sód: 3377.78 mg;	Wartość energetyczna: 2392.11 kcal; Białko ogółem: 124.58 g; Tłuszcz: 88.35 g; Kw. tł. nasy.: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 305.08 g; W tym cukry: 57.88 g; Błonnik pok.: 39.90 g; Sód: 3399.89 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-08-30 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Banan 1szt. 1 szt Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Kefir 2 % tł200g 1 szt (<u>MLE</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 20 g Kalarepa 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizéria 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL</u>) 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 rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL</u>) Kalafior gotowany 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 rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Mizéria 100 g (<u>MLE</u>) Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 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>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: MLE</u>) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Przecier owocowo-warzywny jabłko-malina-burak 120g 1 szt (<u>może zawierać: 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, MLE</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2467.72 kcal; Białko ogółem: 142.42 g; Tłuszcz: 61.16 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 358.15 g; W tym cukry: 109.95 g; Błonnik pok.: 28.88 g; Sód: 2891.51 mg;	Wartość energetyczna: 2524.17 kcal; Białko ogółem: 144.45 g; Tłuszcz: 62.07 g; Kw. tł. nasy.: 27.33 g; Węglowodany ogółem: 360.56 g; W tym cukry: 110.07 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sód: 2518.93 mg;	Wartość energetyczna: 2158.41 kcal; Białko ogółem: 146.79 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 281.10 g; W tym cukry: 54.62 g; Błonnik pok.: 33.19 g; Sód: 3190.27 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,