

	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
2026-09-28 poniedziałek	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 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 i siemienia z natką pietruszki 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,) Twaróg półtłusty 60 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 i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 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 i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Pomidor 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,) 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 90 g Rukola 10 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 i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	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	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (drobno tarta) 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g 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,) 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 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	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z twarogiem*dieta 350 g (GLU PSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (drobno tarta) 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	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,) 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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
Mus owocowy mango, jabłko 100g 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 Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowy mango, jabłko 100g 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 Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLU PSZ,)
	Wartość energetyczna: 2629.69 kcal; Białko ogółem: 107.39 g; Tłuszcz: 86.85 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 381.69 g; W tym cukry: 90.18 g; Błonnik pok.: 38.34 g; Sód: 3863.24 mg;	Wartość energetyczna: 2411.62 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; W tym cukry: 97.04 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 2644.60 mg;	Wartość energetyczna: 2088.38 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sód: 2812.19 mg;	Wartość energetyczna: 2306.72 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 310.45 g; W tym cukry: 43.60 g; Błonnik pok.: 43.92 g; Sód: 3616.50 mg;	Wartość energetyczna: 2646.49 kcal; Białko ogółem: 105.77 g; Tłuszcz: 86.67 g; Kw. tł. nasy.: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 385.53 g; W tym cukry: 90.00 g; Błonnik pok.: 36.90 g; Sód: 3959.24 mg;	Wartość energetyczna: 2411.62 kcal; Białko ogółem: 103.67 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.26 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; W tym cukry: 97.04 g; Błonnik pok.: 30.00 g; Sód: 2644.60 mg;	Wartość energetyczna: 2088.38 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sód: 2812.19 mg;	Wartość energetyczna: 2306.72 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 85.82 g; Kw. tł. nasy.: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 310.45 g; W tym cukry: 43.60 g; Błonnik pok.: 43.92 g; Sód: 3616.50 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
2026-09-29 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 z koperkiem 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>)	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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 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 Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g
	Obiad Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej 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>GLU PSZ,</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL,</u>)	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej 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>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej 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>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Marchew gotowana 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>GLU PSZ,</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>)	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo.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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 25 g			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			Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 2659.77 kcal; Białko ogółem: 135.79 g; Tłuszcz: 97.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sód: 3441.51 mg;	Wartość energetyczna: 2493.46 kcal; Białko ogółem: 137.98 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 2637.54 mg;	Wartość energetyczna: 1898.24 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 260.91 g; W tym cukry: 64.13 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sód: 2758.41 mg;	Wartość energetyczna: 2231.52 kcal; Białko ogółem: 135.34 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 269.80 g; W tym cukry: 51.67 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sód: 3016.99 mg;	Wartość energetyczna: 2659.77 kcal; Białko ogółem: 135.79 g; Tłuszcz: 97.51 g; Kw. tł. nasy.: 44.17 g; Węglowodany ogółem: 331.14 g; W tym cukry: 80.44 g; Błonnik pok.: 29.38 g; Sód: 3441.51 mg;	Wartość energetyczna: 2493.46 kcal; Białko ogółem: 137.98 g; Tłuszcz: 76.54 g; Kw. tł. nasy.: 28.87 g; Węglowodany ogółem: 327.35 g; W tym cukry: 76.02 g; Błonnik pok.: 22.27 g; Sód: 2637.54 mg;	Wartość energetyczna: 1898.24 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 50.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 260.91 g; W tym cukry: 64.13 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sód: 2758.41 mg;	Wartość energetyczna: 2231.52 kcal; Białko ogółem: 135.34 g; Tłuszcz: 79.01 g; Kw. tł. nasy.: 28.14 g; Węglowodany ogółem: 269.80 g; W tym cukry: 51.67 g; Błonnik pok.: 35.10 g; Sód: 3016.99 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	
2026-09-30 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g (MLE,) Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twaróg półtłusty 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,) 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 (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) 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 (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) 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 (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt 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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) 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 (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (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,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ,) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (GLU PSZ,) 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 (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos pietruszkowy 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, S02,) Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ,) 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 (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB,) 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 (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB,) Pomidor 80 g Salata 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB,) 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 (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB, SOJ,) 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 (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB,) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz szczeciński 60 g (RYB,) 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 (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB,) Pomidor 80 g Salata 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02,) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB,) Pomidor 80 g Salata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowy 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2493.54 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 65.84 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sód: 4315.84 mg;	Wartość energetyczna: 2393.26 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 363.44 g; W tym cukry: 90.44 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sód: 3100.09 mg;	Wartość energetyczna: 2087.44 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 327.05 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sód: 3075.00 mg;	Wartość energetyczna: 2059.23 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 281.57 g; W tym cukry: 38.88 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sód: 4165.09 mg;	Wartość energetyczna: 2493.54 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 87.60 g; Kw. tł. nasy.: 28.76 g; Węglowodany ogółem: 344.09 g; W tym cukry: 65.84 g; Błonnik pok.: 30.48 g; Sód: 4315.84 mg;	Wartość energetyczna: 2393.26 kcal; Białko ogółem: 108.44 g; Tłuszcz: 64.33 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 363.44 g; W tym cukry: 90.44 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sód: 3100.09 mg;	Wartość energetyczna: 2087.44 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 52.10 g; Kw. tł. nasy.: 15.84 g; Węglowodany ogółem: 327.05 g; W tym cukry: 79.68 g; Błonnik pok.: 26.66 g; Sód: 3075.00 mg;	Wartość energetyczna: 2059.23 kcal; Białko ogółem: 111.06 g; Tłuszcz: 68.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.03 g; Węglowodany ogółem: 281.57 g; W tym cukry: 38.88 g; Błonnik pok.: 32.61 g; Sód: 4165.09 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	
2026-10-01 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (GOR.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa # 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Sliwka szt. 2 szt 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (MLE, SEL.) Sałata zielona 20 g Jabłko 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 (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (MLE, 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 (GLU PSZ.) 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 # 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sliwka szt. 2 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Jabłko 150 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 (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Jabłko 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 (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek 60 g (MLE.) Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (MLE.) Sałatka jarzynowa # 80 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sliwka szt. 2 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 140 g Mix салат z marchewką i olejem 60 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 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.) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Fasolka po bretońsku 350 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z 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 (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT.) Kasotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ.) Mix салат z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser topiony 50 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) 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.) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g								
	Wartość energetyczna: 2856.21 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 118.74 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 335.59 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sód: 5229.90 mg;	Wartość energetyczna: 2465.27 kcal; Białko ogółem: 128.94 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sód: 3253.41 mg;	Wartość energetyczna: 2097.50 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 64.89 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sód: 3412.13 mg;	Wartość energetyczna: 2251.44 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sód: 3469.28 mg;	Wartość energetyczna: 2856.21 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 118.74 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 335.59 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sód: 5229.90 mg;	Wartość energetyczna: 2465.27 kcal; Białko ogółem: 128.94 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sód: 3253.41 mg;	Wartość energetyczna: 2097.50 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 64.89 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sód: 3412.13 mg;	Wartość energetyczna: 2251.44 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sód: 3469.28 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
2026-10-02 piątek	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Rogal maślane 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 maślane 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 maślane 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Rogal maślane 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 maślane 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 maślane 50g. 1 szt (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g
	Obiad Szpinkowa 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	Szpinkowa 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	Szpinkowa z zacierką # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Brama) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) 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	Szpinkowa 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	Szpinkowa 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	Szpinkowa 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	Szpinkowa 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 z olejem b/c 100 g (GLU PSZ,) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinkowa 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 (GLU PSZ,) 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Tofu 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Tofu 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 porcjowa 15g 1 szt Tofu 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,) Tofu 60 g (SOJ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Tofu 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,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Tofu 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 porcjowa 15g 1 szt Tofu 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,) Tofu 60 g (SOJ,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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,) 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
	Wartość energetyczna: 2317.26 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 333.70 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 1884.80 mg;	Wartość energetyczna: 2498.29 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 361.42 g; W tym cukry: 104.81 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sód: 1821.06 mg;	Wartość energetyczna: 2123.22 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 303.77 g; W tym cukry: 69.83 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 2619.88 mg;	Wartość energetyczna: 2070.67 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 71.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 274.69 g; W tym cukry: 47.25 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 2793.11 mg;	Wartość energetyczna: 2317.26 kcal; Białko ogółem: 105.35 g; Tłuszcz: 68.85 g; Kw. tł. nasy.: 30.61 g; Węglowodany ogółem: 333.70 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 1884.80 mg;	Wartość energetyczna: 2498.29 kcal; Białko ogółem: 103.76 g; Tłuszcz: 74.68 g; Kw. tł. nasy.: 30.88 g; Węglowodany ogółem: 361.42 g; W tym cukry: 104.81 g; Błonnik pok.: 21.25 g; Sód: 1821.06 mg;	Wartość energetyczna: 2123.22 kcal; Białko ogółem: 103.10 g; Tłuszcz: 59.05 g; Kw. tł. nasy.: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 303.77 g; W tym cukry: 69.83 g; Błonnik pok.: 19.86 g; Sód: 2619.88 mg;	Wartość energetyczna: 2070.67 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 71.62 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 274.69 g; W tym cukry: 47.25 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sód: 2793.11 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
2026-10-03 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 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 Brokuł gotowany* 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 Brokuł gotowany* 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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 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.) Pomidor 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.) Pomidor 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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 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.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 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.) Pomidor 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.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 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 drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata lodowa 20 g
2026-10-03 sobota	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt 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.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twaróg 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
2026-10-03 sobota	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
	Wartość energetyczna: 2360.50 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sód: 3413.12 mg;	Wartość energetyczna: 2354.39 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sód: 3152.94 mg;	Wartość energetyczna: 2049.44 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 3051.36 mg;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sód: 3179.26 mg;	Wartość energetyczna: 2360.50 kcal; Białko ogółem: 110.46 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 341.58 g; W tym cukry: 84.90 g; Błonnik pok.: 35.28 g; Sód: 3413.12 mg;	Wartość energetyczna: 2354.39 kcal; Białko ogółem: 112.79 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 324.58 g; W tym cukry: 85.33 g; Błonnik pok.: 25.52 g; Sód: 3152.94 mg;	Wartość energetyczna: 2049.44 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 3051.36 mg;	Wartość energetyczna: 2148.81 kcal; Białko ogółem: 115.88 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 292.34 g; W tym cukry: 54.02 g; Błonnik pok.: 37.81 g; Sód: 3179.26 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
2026-10-04 niedziela	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Papryka świeża 80 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 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 pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, 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	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 pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, 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 pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 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 (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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Gruszka 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 pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, 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	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 pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, 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 pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 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 (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 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 (GLU PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata 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.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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 (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) 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	Wafle ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 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 wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU PSZ.)	
	Wartość energetyczna: 2670.30 kcal; Białko ogółem: 146.18 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 3251.61 mg;	Wartość energetyczna: 2750.34 kcal; Białko ogółem: 149.28 g; Tłuszcz: 98.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 329.73 g; W tym cukry: 92.49 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2955.98 mg;	Wartość energetyczna: 2397.02 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2917.86 mg;	Wartość energetyczna: 2373.74 kcal; Białko ogółem: 147.12 g; Tłuszcz: 96.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 3184.35 mg;	Wartość energetyczna: 2670.30 kcal; Białko ogółem: 146.18 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 3251.61 mg;	Wartość energetyczna: 2750.34 kcal; Białko ogółem: 149.28 g; Tłuszcz: 98.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 329.73 g; W tym cukry: 92.49 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2955.98 mg;	Wartość energetyczna: 2397.02 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; W tym cukry: 85.24 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2917.86 mg;	Wartość energetyczna: 2373.74 kcal; Białko ogółem: 147.12 g; Tłuszcz: 96.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; W tym cukry: 40.33 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 3184.35 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	
2026-10-05 poniedziałek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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 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>) 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, SO2.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 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>) Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt 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 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 ŻYT.</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 Jabłko 150 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 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, SO2.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 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>) Paszтет drobiowo-wp z warzywami* 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej #. 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 jablek (l) b/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 jablek (l) b/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	Kapuśniak z kapusty kiszonej #. 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 jablek (l) b/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 jablek (l) b/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
	Kolacja	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>) Twarożek z papryką 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 ŻYT, 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>) Twarożek 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 150 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 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 z papryką 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 ŻYT, 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 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 z papryką 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 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>) Twarożek półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 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 z papryką 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowo-warzywny 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowo-warzywny 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 ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	
		Wartość energetyczna: 2590.64 kcal; Białko ogółem: 99.67 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 402.07 g; W tym cukry: 98.58 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sód: 2321.48 mg;	Wartość energetyczna: 2595.49 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 413.61 g; W tym cukry: 106.27 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sód: 2031.21 mg;	Wartość energetyczna: 2096.99 kcal; Białko ogółem: 109.75 g; Tłuszcz: 52.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 312.87 g; W tym cukry: 55.69 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sód: 2923.51 mg;	Wartość energetyczna: 2312.55 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; W tym cukry: 48.68 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sód: 3558.15 mg;	Wartość energetyczna: 2499.74 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 391.56 g; W tym cukry: 91.23 g; Błonnik pok.: 31.51 g; Sód: 3171.48 mg;	Wartość energetyczna: 2504.59 kcal; Białko ogółem: 95.16 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 403.10 g; W tym cukry: 98.92 g; Błonnik pok.: 26.93 g; Sód: 1965.21 mg;	Wartość energetyczna: 1958.99 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 283.12 g; W tym cukry: 55.09 g; Błonnik pok.: 24.32 g; Sód: 2731.51 mg;	Wartość energetyczna: 2221.65 kcal; Białko ogółem: 120.70 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 17.12 g; Sód: 3492.15 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	
2026-10-06 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 Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (<u>saszetka</u>) 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sliwka 120 g Ogórek kiszony 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 Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 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>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sliwka 120 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 rzepy, 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>) Marchew gotowana (bez oleju) 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 rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g (<u>GLUPSZ,</u>) Kompot owocowy* b/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>) Marchew gotowana (bez oleju) 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 rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Buraczki gotowane 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL,</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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL,</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>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL,</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	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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL,</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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL,</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>) 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>) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (<u>RYB, SEL,</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
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarogiem 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 twarogiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Kanapka z twarogiem 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 twarogiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>)	Kanapka z twarogiem 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 twarogiem i sałatą (bułka graham 50g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLUPSZ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2889.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 87.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 402.45 g; W tym cukry: 88.55 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sód: 4062.87 mg;	Wartość energetyczna: 2658.10 kcal; Białko ogółem: 127.30 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 384.79 g; W tym cukry: 91.56 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sód: 2800.81 mg;	Wartość energetyczna: 2255.78 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 308.45 g; W tym cukry: 77.19 g; Błonnik pok.: 23.23 g; Sód: 2901.48 mg;	Wartość energetyczna: 2508.80 kcal; Białko ogółem: 138.62 g; Tłuszcz: 85.09 g; Kw. tł. nasy.: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 335.11 g; W tym cukry: 88.55 g; Błonnik pok.: 40.76 g; Sód: 3677.66 mg;	Wartość energetyczna: 2889.52 kcal; Białko ogółem: 135.82 g; Tłuszcz: 87.68 g; Kw. tł. nasy.: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 402.45 g; W tym cukry: 88.55 g; Błonnik pok.: 36.88 g; Sód: 4062.87 mg;	Wartość energetyczna: 2658.10 kcal; Białko ogółem: 127.30 g; Tłuszcz: 75.30 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 384.79 g; W tym cukry: 91.56 g; Błonnik pok.: 26.32 g; Sód: 2800.81 mg;	Wartość energetyczna: 2255.78 kcal; Białko ogółem: 108.40 g; Tłuszcz: 72.97 g; Kw. tł. nasy.: 27.05 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 42.93 g; Błonnik pok.: 40.69 g; Sód: 3562.96 mg;	Wartość energetyczna: 2420.50 kcal; Białko ogółem: 133.01 g; Tłuszcz: 82.78 g; Kw. tł. nasy.: 32.03 g; Węglowodany ogółem: 320.74 g; W tym cukry: 42.93 g; Błonnik pok.: 40.69 g; Sód: 3562.96 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.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	
2026-10-07 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>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 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 Cukinia pieczona z olejem * 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>) 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 Cukinia pieczona (bez oleju) * 80 g Jabłko 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>) Gruszka 1szt. 150 g Papryka świeża 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> .) 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> .) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Cukinia pieczona z olejem * 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna porcjowa 15g 1 szt 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 Cukinia pieczona (bez oleju) * 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u> .) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE</u> .) Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u> .)	
	Obiad	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u> .) Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką # 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką # 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki 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	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką # 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką # 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g 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	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką # 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Kalafor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u> .) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> .) Ziemniaki gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką # 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Ogórek kiszony z cebulką 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> .) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) 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 (<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> .) 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 (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u> .) 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> .) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</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	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> .) 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> .) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u> .) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u> .) 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> .) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u> .) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u> .) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Wartość energetyczna: 2602.77 kcal; Białko ogółem: 119.56 g; Tłuszcz: 91.05 g; Kw. tł. nasy.: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 347.79 g; W tym cukry: 84.33 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sód: 3831.32 mg;	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Wartość energetyczna: 2499.35 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 76.39 g; Kw. tł. nasy.: 32.00 g; Węglowodany ogółem: 351.89 g; W tym cukry: 93.92 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sód: 2543.69 mg;	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Wartość energetyczna: 2024.34 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; W tym cukry: 74.24 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 2849.95 mg;	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: 2361.59 kcal; Białko ogółem: 124.72 g; Tłuszcz: 91.52 g; Kw. tł. nasy.: 41.43 g; Węglowodany ogółem: 291.48 g; W tym cukry: 51.11 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sód: 4155.96 mg;	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Wartość energetyczna: 2511.87 kcal; Białko ogółem: 114.42 g; Tłuszcz: 88.05 g; Kw. tł. nasy.: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 337.28 g; W tym cukry: 76.98 g; Błonnik pok.: 28.60 g; Sód: 3765.32 mg;	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Wartość energetyczna: 2408.45 kcal; Białko ogółem: 108.71 g; Tłuszcz: 73.39 g; Kw. tł. nasy.: 30.21 g; Węglowodany ogółem: 341.38 g; W tym cukry: 86.57 g; Błonnik pok.: 23.60 g; Sód: 2477.69 mg;	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Wartość energetyczna: 2024.34 kcal; Białko ogółem: 102.78 g; Tłuszcz: 52.19 g; Kw. tł. nasy.: 17.85 g; Węglowodany ogółem: 298.30 g; W tym cukry: 74.24 g; Błonnik pok.: 21.13 g; Sód: 2849.95 mg;	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: 2270.69 kcal; Białko ogółem: 119.58 g; Tłuszcz: 88.52 g; Kw. tł. nasy.: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 280.97 g; W tym cukry: 43.76 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sód: 4089.96 mg;

2026-10-08 czwartek										
PN	Kolacja	Obiad	Śniadanie							
			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
			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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</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 Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g 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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</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>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</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 Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) 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 Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
			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 wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Miesło drobiowe gotowane z udzki 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 wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) 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 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 Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Miesło drobiowe gotowane z udzki 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 wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* 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>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 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>) 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>) 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 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 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 ciecierzycy z warzywami* 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata 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>) Pasta z ciecierzycy z warzywami* 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 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>) 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>) 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 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 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 ciecierzycy z warzywami* 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g 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			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)	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	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
Wartość energetyczna: 2595.39 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 372.07 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sód: 2959.35 mg;			Wartość energetyczna: 2575.45 kcal; Białko ogółem: 135.72 g; Tłuszcz: 69.52 g; Kw. tł. nasy.: 29.95 g; Węglowodany ogółem: 359.26 g; W tym cukry: 91.40 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2759.18 mg;	Wartość energetyczna: 2046.62 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; W tym cukry: 72.59 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sód: 2909.95 mg;	Wartość energetyczna: 2354.28 kcal; Białko ogółem: 137.56 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 322.08 g; W tym cukry: 55.79 g; Błonnik pok.: 41.11 g; Sód: 3120.99 mg;	Wartość energetyczna: 2595.39 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 72.55 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 372.07 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 31.32 g; Sód: 2959.35 mg;	Wartość energetyczna: 2484.55 kcal; Białko ogółem: 130.58 g; Tłuszcz: 66.52 g; Kw. tł. nasy.: 28.16 g; Węglowodany ogółem: 348.75 g; W tym cukry: 84.05 g; Błonnik pok.: 22.88 g; Sód: 2693.18 mg;	Wartość energetyczna: 2046.62 kcal; Białko ogółem: 105.66 g; Tłuszcz: 53.71 g; Kw. tł. nasy.: 15.77 g; Węglowodany ogółem: 293.36 g; W tym cukry: 72.59 g; Błonnik pok.: 22.73 g; Sód: 2909.95 mg;	Wartość energetyczna: 2263.38 kcal; Białko ogółem: 132.42 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 311.57 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 41.11 g; Sód: 3054.99 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	
2026-10-09 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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata zielona 20 g Dżem 60 g 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>) 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>) Sałata 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka szt 2 szt 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 Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka szt 2 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Śliwka szt 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 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>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śliwka szt 2 szt Sałata 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 Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Surówka żydowska 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 żydowska 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 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	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 Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Cukinia pieczona 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>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Twarożek z papryką 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE.</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	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 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>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Twarożek z papryką 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>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Twarożek 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</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>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	BN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L Chleb mieszany pszenno-żytni	NFC -100% tłoczony 1 szt 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L Chleb mieszany pszenno-żytni	NFC -100% tłoczony 1 szt 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2348.91 kcal; Białko ogółem: 100.83 g; Tłuszcz: 63.25 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 360.42 g; W tym cukry: 112.33 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2706.11 mg;	Wartość energetyczna: 2401.75 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 349.62 g; W tym cukry: 118.68 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2079.58 mg;	Wartość energetyczna: 2023.55 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sód: 2362.27 mg;	Wartość energetyczna: 2027.17 kcal; Białko ogółem: 116.06 g; Tłuszcz: 68.43 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 264.38 g; W tym cukry: 48.16 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sód: 2951.74 mg;	Wartość energetyczna: 2258.01 kcal; Białko ogółem: 95.69 g; Tłuszcz: 60.25 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 349.91 g; W tym cukry: 104.98 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2640.11 mg;	Wartość energetyczna: 2310.85 kcal; Białko ogółem: 106.22 g; Tłuszcz: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 28.13 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 111.33 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2013.58 mg;	Wartość energetyczna: 2023.55 kcal; Białko ogółem: 96.22 g; Tłuszcz: 49.09 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sód: 2362.27 mg;	Wartość energetyczna: 1936.27 kcal; Białko ogółem: 110.92 g; Tłuszcz: 65.43 g; Kw. tł. nasy.: 27.30 g; Węglowodany ogółem: 253.87 g; W tym cukry: 40.81 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sód: 2885.74 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	
2026-10-10 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, SO2,</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 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, SO2,</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, SO2,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 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, SO2,</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ogórek kiszony 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, SO2,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 150 g 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 (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2,</u>) 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, SO2,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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 Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 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>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 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 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, SO2,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</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, SO2,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella 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, SO2,</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, SO2,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt 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, SO2,</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE,</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, SO2,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella 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, SO2,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella 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, SO2,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g
	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	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 25 g	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	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	
	Wartość energetyczna: 2562.55 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 92.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 91.48 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sód: 3862.80 mg;	Wartość energetyczna: 2503.47 kcal; Białko ogółem: 130.04 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 98.74 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 2792.20 mg;	Wartość energetyczna: 2048.50 kcal; Białko ogółem: 117.48 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 272.14 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 2845.73 mg;	Wartość energetyczna: 2134.48 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; W tym cukry: 58.21 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sód: 3353.08 mg;	Wartość energetyczna: 2471.65 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sód: 3796.80 mg;	Wartość energetyczna: 2412.57 kcal; Białko ogółem: 124.90 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 2726.20 mg;	Wartość energetyczna: 2048.50 kcal; Białko ogółem: 117.48 g; Tłuszcz: 60.52 g; Kw. tł. nasy.: 24.07 g; Węglowodany ogółem: 272.14 g; W tym cukry: 74.61 g; Błonnik pok.: 24.13 g; Sód: 2845.73 mg;	Wartość energetyczna: 2043.58 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 261.90 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sód: 3287.08 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
2026-10-11 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata 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>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Papryka świeża 80 g Sałata 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 Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Papryka świeża 80 g Sałata 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>) Kotlet wieprzowy panierowany pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ,</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>) Mieśo 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, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ,</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>) Kotlet wieprzowy panierowany pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ,</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 Marchew gotowana (bez oleju) 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>) Mieśo drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g 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>) Twarożek z koperkiem 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>) 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>) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 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 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 z koperkiem 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>) 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>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twarożek z koperkiem 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 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>) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 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 Sałata 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: 2556.38 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; W tym cukry: 101.39 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sód: 3205.00 mg;	Wartość energetyczna: 2419.80 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 350.78 g; W tym cukry: 100.51 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 2817.88 mg;	Wartość energetyczna: 2058.33 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 293.60 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sód: 2858.72 mg;	Wartość energetyczna: 2124.56 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sód: 2900.14 mg;	Wartość energetyczna: 2465.48 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sód: 3139.00 mg;	Wartość energetyczna: 2328.90 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 340.27 g; W tym cukry: 93.16 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 2751.88 mg;	Wartość energetyczna: 2058.33 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 307.28 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sód: 2858.72 mg;	Wartość energetyczna: 2033.66 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; W tym cukry: 50.79 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sód: 2834.14 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

*Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg 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,*