

	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	
2026-10-12 poniedziałek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 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	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek a'la homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wiewprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Mieso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos koperkowy* 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>) Curry warzywne z ciecierzycą # 300 g (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g 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 twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g 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>) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g 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 twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(morszczuk)z koperkiem 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	BN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	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: 2342.75 kcal; Białko ogółem: 99.78 g; Tłuszcz: 69.89 g; Kw. tł. nasy.: 29.37 g; Węglowodany ogółem: 354.87 g; W tym cukry: 98.86 g; Sód: 3592.07 mg;	Wartość energetyczna: 2365.13 kcal; Białko ogółem: 121.79 g; Tłuszcz: 68.81 g; Kw. tł. nasy.: 31.00 g; Węglowodany ogółem: 330.55 g; W tym cukry: 94.65 g; Sód: 3058.80 mg;	Wartość energetyczna: 2059.27 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 308.60 g; W tym cukry: 94.37 g; Sód: 2862.84 mg;	Wartość energetyczna: 2080.42 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; W tym cukry: 55.72 g; Sód: 3573.00 mg;	Wartość energetyczna: 2251.85 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 66.89 g; Kw. tł. nasy.: 27.58 g; Węglowodany ogółem: 344.36 g; W tym cukry: 91.51 g; Sód: 3526.07 mg;	Wartość energetyczna: 2274.23 kcal; Białko ogółem: 116.65 g; Tłuszcz: 65.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.21 g; Węglowodany ogółem: 320.04 g; W tym cukry: 87.30 g; Sód: 2992.80 mg;	Wartość energetyczna: 2059.27 kcal; Białko ogółem: 104.19 g; Tłuszcz: 52.40 g; Kw. tł. nasy.: 17.68 g; Węglowodany ogółem: 308.60 g; W tym cukry: 94.37 g; Sód: 2862.84 mg;	Wartość energetyczna: 2080.42 kcal; Białko ogółem: 100.03 g; Tłuszcz: 69.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.14 g; Węglowodany ogółem: 298.06 g; W tym cukry: 55.72 g; Sód: 3573.00 mg;	

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów	BB- BCO WYS D01 Podstawowa	BB- BCO WYS D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYS D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYS D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowodanów
2026-10-13 wtorek	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet Jana, wędlina wieprzowa, podrobowa pieczona 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt 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>) Filet zapiekany drobiowy 50 g (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Bukiet jarzyn gotowany* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)	Pieczarkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka z szynki wieprzowej duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Makaron kokardki 200 g (<u>GLU PSZ.</u>) Dynia duszona z marchewką * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (<u>SEL.</u>)
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 70 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)
	PN Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2920.64 kcal; Białko ogółem: 132.32 g; Tłuszcz: 113.29 g; Kw. tł. nasy.: 43.13 g; Węglowodany ogółem: 358.34 g; W tym cukry: 87.87 g; Sód: 3746.77 mg;	Wartość energetyczna: 2913.13 kcal; Białko ogółem: 137.95 g; Tłuszcz: 100.79 g; Kw. tł. nasy.: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 372.23 g; W tym cukry: 96.55 g; Sód: 2719.41 mg;	Wartość energetyczna: 2926.23 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 74.34 g; Kw. tł. nasy.: 22.81 g; Węglowodany ogółem: 300.03 g; W tym cukry: 77.69 g; Sód: 2740.79 mg;	Wartość energetyczna: 2478.61 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 44.59 g; Sód: 4304.53 mg;	Wartość energetyczna: 2829.74 kcal; Białko ogółem: 127.18 g; Tłuszcz: 110.29 g; Kw. tł. nasy.: 41.34 g; Węglowodany ogółem: 347.83 g; W tym cukry: 80.52 g; Sód: 3680.77 mg;	Wartość energetyczna: 2852.76 kcal; Białko ogółem: 136.69 g; Tłuszcz: 99.34 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 361.98 g; W tym cukry: 89.29 g; Sód: 2845.06 mg;	Wartość energetyczna: 2299.76 kcal; Białko ogółem: 113.40 g; Tłuszcz: 75.89 g; Kw. tł. nasy.: 23.30 g; Węglowodany ogółem: 300.28 g; W tym cukry: 77.77 g; Sód: 2932.44 mg;	Wartość energetyczna: 2478.61 kcal; Białko ogółem: 130.59 g; Tłuszcz: 97.14 g; Kw. tł. nasy.: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 298.22 g; W tym cukry: 44.59 g; Sód: 4304.53 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.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
2026-10-14 środa	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa b/c 250 ml (<u>GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) 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 Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt 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 Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kalaflor gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Zrazik drobiowy z udźca gotowany mielony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos jarzynowy # 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Kalaflor gotowany z olejem* 100 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 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 (<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 soczewicy czerwonej 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</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 Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g 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 soczewicy czerwonej 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 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 soczewicy czerwonej 80 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</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 Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g 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 soczewicy czerwonej 60 g Ser żółty 50 g (<u>MLE.</u>) Kalarepa 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt 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 (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2373.48 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 78.51 g; Kw. tł. nasy.: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 337.56 g; W tym cukry: 69.45 g; Sód: 3143.75 mg;	Wartość energetyczna: 2254.48 kcal; Białko ogółem: 106.25 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 324.48 g; W tym cukry: 75.00 g; Sód: 2852.80 mg;	Wartość energetyczna: 2048.35 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 50.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.88 g; Węglowodany ogółem: 320.24 g; W tym cukry: 88.67 g; Sód: 2779.43 mg;	Wartość energetyczna: 2215.99 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 293.23 g; W tym cukry: 38.11 g; Sód: 3344.55 mg;	Wartość energetyczna: 2404.97 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 79.84 g; Kw. tł. nasy.: 36.48 g; Węglowodany ogółem: 340.68 g; W tym cukry: 69.80 g; Sód: 3157.64 mg;	Wartość energetyczna: 2240.08 kcal; Białko ogółem: 106.06 g; Tłuszcz: 66.79 g; Kw. tł. nasy.: 28.89 g; Węglowodany ogółem: 321.32 g; W tym cukry: 75.00 g; Sód: 2852.80 mg;	Wartość energetyczna: 2044.03 kcal; Białko ogółem: 96.37 g; Tłuszcz: 50.40 g; Kw. tł. nasy.: 15.87 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; W tym cukry: 88.40 g; Sód: 2778.35 mg;	Wartość energetyczna: 2215.99 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 81.13 g; Kw. tł. nasy.: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 293.23 g; W tym cukry: 38.11 g; Sód: 3344.55 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
2026-10-15 czwartek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE,</u>) Ogórek kiszony 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z cukini z kielbasą 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z cukini z kielbasą 250 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Leczo z drobiem-dieta () 250 g Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi i selera z olejem 100 g (<u>SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 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>) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) 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 Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) 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	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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	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	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (<u>MLE,</u>) Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 2660.22 kcal; Białko ogółem: 117.31 g; Tłuszcz: 93.51 g; Kw. tł. nasy.: 31.64 g; Węglowodany ogółem: 339.41 g; W tym cukry: 81.86 g; Sód: 4045.45 mg;	Wartość energetyczna: 2439.46 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 66.94 g; Kw. tł. nasy.: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 345.81 g; W tym cukry: 86.37 g; Sód: 2524.16 mg;	Wartość energetyczna: 1982.20 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 56.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; W tym cukry: 64.07 g; Sód: 2760.32 mg;	Wartość energetyczna: 2004.11 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 272.02 g; W tym cukry: 51.06 g; Sód: 3138.66 mg;	Wartość energetyczna: 2569.32 kcal; Białko ogółem: 112.17 g; Tłuszcz: 90.51 g; Kw. tł. nasy.: 29.85 g; Węglowodany ogółem: 328.90 g; W tym cukry: 74.51 g; Sód: 3979.45 mg;	Wartość energetyczna: 2348.56 kcal; Białko ogółem: 120.69 g; Tłuszcz: 63.94 g; Kw. tł. nasy.: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 335.30 g; W tym cukry: 79.02 g; Sód: 2458.16 mg;	Wartość energetyczna: 1982.20 kcal; Białko ogółem: 119.71 g; Tłuszcz: 56.26 g; Kw. tł. nasy.: 16.60 g; Węglowodany ogółem: 265.81 g; W tym cukry: 64.07 g; Sód: 2760.32 mg;	Wartość energetyczna: 2004.11 kcal; Białko ogółem: 112.42 g; Tłuszcz: 61.95 g; Kw. tł. nasy.: 24.48 g; Węglowodany ogółem: 272.02 g; W tym cukry: 51.06 g; Sód: 3138.66 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	
2026-10-16 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g 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	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Dżem 60 g Pomidor 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>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Sliwka szt 2 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>) Sliwka szt 2 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g 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>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Bułka maślana 50g 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Dżem 60 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Dżem 60 g Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ,</u>)	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Sliwka szt 2 szt Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Szpinak gotowany (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryba pieczona w ziołach (Brama) 120 g (<u>RYB, może zawierać: SKO, MCK,</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 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 (<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 natką pietruszki -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 50 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 natką pietruszki -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g 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 natką pietruszki -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 50 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 natką pietruszki -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 50 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 natką pietruszki -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ,</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g 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 natką pietruszki -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
	Wartość energetyczna: 2599.41 kcal; Białko ogółem: 125.08 g; Tłuszcz: 86.14 g; Kw. tł. nasy.: 38.96 g; Węglowodany ogółem: 350.98 g; W tym cukry: 94.07 g; Sód: 2432.28 mg;	Wartość energetyczna: 2552.27 kcal; Białko ogółem: 120.36 g; Tłuszcz: 73.49 g; Kw. tł. nasy.: 29.23 g; Węglowodany ogółem: 362.90 g; W tym cukry: 112.39 g; Sód: 1845.95 mg;	Wartość energetyczna: 2306.13 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; W tym cukry: 116.01 g; Sód: 2122.65 mg;	Wartość energetyczna: 2179.20 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 278.62 g; W tym cukry: 44.09 g; Sód: 2605.34 mg;	Wartość energetyczna: 2508.51 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 83.14 g; Kw. tł. nasy.: 37.17 g; Węglowodany ogółem: 340.47 g; W tym cukry: 86.72 g; Sód: 2366.28 mg;	Wartość energetyczna: 2461.37 kcal; Białko ogółem: 115.22 g; Tłuszcz: 70.49 g; Kw. tł. nasy.: 27.44 g; Węglowodany ogółem: 352.39 g; W tym cukry: 105.04 g; Sód: 1779.95 mg;	Wartość energetyczna: 2306.13 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 57.80 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 350.67 g; W tym cukry: 116.01 g; Sód: 2122.65 mg;	Wartość energetyczna: 2179.20 kcal; Białko ogółem: 117.15 g; Tłuszcz: 78.92 g; Kw. tł. nasy.: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 278.62 g; W tym cukry: 44.09 g; Sód: 2605.34 mg;	

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. 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
2026-10-17 sobota	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) Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)	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) Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Ser mozzarella 60 g (MLE) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (MLE)
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grochowa z ziemniakami # 400 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (GLU PSZ) Sos pomidorowy 100 ml (GLU PSZ) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (SEL) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	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) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Mix салат 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo. naturalny 60 g (MLE) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Pasztet drobiowo-wp z warzywami*-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jabłko 1 szt 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Banan 1szt. 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Jabłko 1 szt 1 szt
	Wartość energetyczna: 2822.51 kcal; Białko ogółem: 137.99 g; Tłuszcz: 97.61 g; Kw. tł. nasy.: 32.17 g; Węglowodany ogółem: 376.58 g; W tym cukry: 106.90 g; Sód: 3497.72 mg;	Wartość energetyczna: 2718.41 kcal; Białko ogółem: 131.86 g; Tłuszcz: 93.10 g; Kw. tł. nasy.: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 356.18 g; W tym cukry: 108.36 g; Sód: 2908.33 mg;	Wartość energetyczna: 2193.52 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 304.94 g; W tym cukry: 98.92 g; Sód: 2632.96 mg;	Wartość energetyczna: 2423.07 kcal; Białko ogółem: 128.48 g; Tłuszcz: 91.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 303.44 g; W tym cukry: 61.84 g; Sód: 3085.65 mg;	Wartość energetyczna: 2697.69 kcal; Białko ogółem: 132.85 g; Tłuszcz: 94.61 g; Kw. tł. nasy.: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 357.59 g; W tym cukry: 91.07 g; Sód: 3431.63 mg;	Wartość energetyczna: 2593.59 kcal; Białko ogółem: 126.72 g; Tłuszcz: 90.10 g; Kw. tł. nasy.: 29.96 g; Węglowodany ogółem: 337.19 g; W tym cukry: 92.53 g; Sód: 2842.24 mg;	Wartość energetyczna: 2193.52 kcal; Białko ogółem: 113.18 g; Tłuszcz: 65.66 g; Kw. tł. nasy.: 16.51 g; Węglowodany ogółem: 304.94 g; W tym cukry: 98.92 g; Sód: 2632.96 mg;	Wartość energetyczna: 2423.07 kcal; Białko ogółem: 128.48 g; Tłuszcz: 91.15 g; Kw. tł. nasy.: 28.37 g; Węglowodany ogółem: 303.44 g; W tym cukry: 61.84 g; Sód: 3085.65 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.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
2026-10-18 niedziela	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka pieczony b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka Colesław 100 g (<u>JAJ, MLE, GOR.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 200 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek śmietankowy naturalny ze szczypiorkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Sałata lodowa 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
	Wartość energetyczna: 2482.66 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 85.26 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 336.95 g; W tym cukry: 97.52 g; Sód: 3568.38 mg;	Wartość energetyczna: 2547.65 kcal; Białko ogółem: 119.03 g; Tłuszcz: 83.94 g; Kw. tł. nasy.: 38.90 g; Węglowodany ogółem: 343.58 g; W tym cukry: 98.17 g; Sód: 3163.35 mg;	Wartość energetyczna: 2185.44 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 303.43 g; W tym cukry: 77.55 g; Sód: 2897.53 mg;	Wartość energetyczna: 2238.09 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 91.71 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 266.36 g; W tym cukry: 45.46 g; Sód: 3538.51 mg;	Wartość energetyczna: 2357.84 kcal; Białko ogółem: 111.22 g; Tłuszcz: 82.26 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 317.96 g; W tym cukry: 81.69 g; Sód: 3502.29 mg;	Wartość energetyczna: 2422.83 kcal; Białko ogółem: 113.89 g; Tłuszcz: 80.94 g; Kw. tł. nasy.: 37.11 g; Węglowodany ogółem: 324.59 g; W tym cukry: 82.34 g; Sód: 3097.26 mg;	Wartość energetyczna: 2185.44 kcal; Białko ogółem: 107.14 g; Tłuszcz: 66.95 g; Kw. tł. nasy.: 25.66 g; Węglowodany ogółem: 303.43 g; W tym cukry: 77.55 g; Sód: 2897.53 mg;	Wartość energetyczna: 2238.09 kcal; Białko ogółem: 119.16 g; Tłuszcz: 91.71 g; Kw. tł. nasy.: 39.33 g; Węglowodany ogółem: 266.36 g; W tym cukry: 45.46 g; Sód: 3538.51 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo. przysw. węglowod. now	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. now	
2026-10-19 poniedziałek	Śniadanie Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem z/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU 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>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE,</u>) Pasta drobiowo-warzywana z udzka kurczaka* 50 g (<u>SEL,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemiaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemiaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE,</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ziemiaki z koperkiem gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL,</u>) Kompot owocowy* z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz ukraiński z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Pulpet wieprzowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ,</u>) Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* z/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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g 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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g 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>) Ser żółty 50 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g 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 twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	PN	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>)	Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2918.20 kcal; Białko ogółem: 106.47 g; Tłuszcz: 81.81 g; Kw. tł. nasy.: 43.68 g; Węglowodany ogółem: 466.73 g; W tym cukry: 147.90 g; Sód: 3382.44 mg;	Wartość energetyczna: 2891.72 kcal; Białko ogółem: 107.04 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 475.49 g; W tym cukry: 151.67 g; Sód: 2669.15 mg;	Wartość energetyczna: 2241.98 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; W tym cukry: 95.54 g; Sód: 2968.89 mg;	Wartość energetyczna: 2463.76 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; W tym cukry: 57.43 g; Sód: 3305.24 mg;	Wartość energetyczna: 2793.38 kcal; Białko ogółem: 101.33 g; Tłuszcz: 78.81 g; Kw. tł. nasy.: 41.89 g; Węglowodany ogółem: 447.74 g; W tym cukry: 132.07 g; Sód: 3316.35 mg;	Wartość energetyczna: 2766.90 kcal; Białko ogółem: 101.90 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw. tł. nasy.: 33.80 g; Węglowodany ogółem: 456.50 g; W tym cukry: 135.84 g; Sód: 2603.06 mg;	Wartość energetyczna: 2241.98 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 59.63 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 338.26 g; W tym cukry: 95.54 g; Sód: 2968.89 mg;	Wartość energetyczna: 2463.76 kcal; Białko ogółem: 120.05 g; Tłuszcz: 93.22 g; Kw. tł. nasy.: 41.90 g; Węglowodany ogółem: 318.79 g; W tym cukry: 57.43 g; Sód: 3305.24 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	
2026-10-20 wtorek	Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 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	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 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 Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</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 Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Pasta z twarogu z koperkiem 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem b/c 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki 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	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew oprószana z olejem b/c 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki 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	Jarzynowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos pietruszkowy* 100 ml (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Ogórek kiszony 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU, PSZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2323.65 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 70.44 g; Kw. tł. nasy.: 30.59 g; Węglowodany ogółem: 330.91 g; W tym cukry: 94.05 g; Sód: 4134.31 mg;	Wartość energetyczna: 2388.67 kcal; Białko ogółem: 117.04 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kw. tł. nasy.: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 337.14 g; W tym cukry: 98.17 g; Sód: 3121.49 mg;	Wartość energetyczna: 1988.01 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 287.69 g; W tym cukry: 75.57 g; Sód: 2923.69 mg;	Wartość energetyczna: 1963.96 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 264.39 g; W tym cukry: 44.79 g; Sód: 3660.83 mg;	Wartość energetyczna: 2232.75 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 67.44 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 320.40 g; W tym cukry: 86.70 g; Sód: 4068.31 mg;	Wartość energetyczna: 2297.77 kcal; Białko ogółem: 111.90 g; Tłuszcz: 67.88 g; Kw. tł. nasy.: 28.77 g; Węglowodany ogółem: 326.63 g; W tym cukry: 90.82 g; Sód: 3055.49 mg;	Wartość energetyczna: 1988.01 kcal; Białko ogółem: 107.51 g; Tłuszcz: 52.63 g; Kw. tł. nasy.: 17.55 g; Węglowodany ogółem: 287.69 g; W tym cukry: 75.57 g; Sód: 2923.69 mg;	Wartość energetyczna: 1963.96 kcal; Białko ogółem: 112.21 g; Tłuszcz: 63.86 g; Kw. tł. nasy.: 27.19 g; Węglowodany ogółem: 264.39 g; W tym cukry: 44.79 g; Sód: 3660.83 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. now	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. now
2026- 10-21 środa	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 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.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) 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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) 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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2.) Ser topiony 50 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 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.) 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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (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.) Serek homo. naturalny 60 g (MLE.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Kapuśniak z kapusty kiszzonej # 350 ml (GLU PSZ, SEL, GOR.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEZC.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szczynek gotowany z olejem* 100 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 Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kapuśniak z kapusty kiszzonej # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JEZC.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Szczynek gotowany z olejem* 100 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 Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos jarzynowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kukinia pieczona z olejem * 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.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata 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.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny 60 g (RYB.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Siłwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Siłwka 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Siłwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkoty b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (MLE.) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2586.11 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 354.51 g; W tym cukry: 74.41 g; Sód: 3854.09 mg;	Wartość energetyczna: 2541.21 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; W tym cukry: 102.70 g; Sód: 2788.36 mg;	Wartość energetyczna: 2155.09 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; W tym cukry: 104.61 g; Sód: 3221.12 mg;	Wartość energetyczna: 2211.40 kcal; Białko ogółem: 129.75 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; W tym cukry: 56.71 g; Sód: 3730.50 mg;	Wartość energetyczna: 2586.11 kcal; Białko ogółem: 110.89 g; Tłuszcz: 88.99 g; Kw. tł. nasy.: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 354.51 g; W tym cukry: 74.41 g; Sód: 3854.09 mg;	Wartość energetyczna: 2541.21 kcal; Białko ogółem: 117.49 g; Tłuszcz: 65.46 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 388.88 g; W tym cukry: 102.70 g; Sód: 2788.36 mg;	Wartość energetyczna: 2155.09 kcal; Białko ogółem: 106.32 g; Tłuszcz: 51.22 g; Kw. tł. nasy.: 14.82 g; Węglowodany ogółem: 335.06 g; W tym cukry: 104.61 g; Sód: 3221.12 mg;	Wartość energetyczna: 2211.40 kcal; Białko ogółem: 129.75 g; Tłuszcz: 74.20 g; Kw. tł. nasy.: 31.30 g; Węglowodany ogółem: 289.10 g; W tym cukry: 56.71 g; Sód: 3730.50 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.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
2026-10-22 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<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>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Banan 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek homo pomidorowy 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 1,5% tł 150g 1 Por (<u>MLE,</u>)
	Obiad	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 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	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Surówka z rzepy białej i jabłka z olejem () 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sos boloński z mięsa wp -dieta 250 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem 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
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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>) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 60 g 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>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) 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>) 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Pasta z fasoli 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PJN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g			Sok pomidorowy 0,3l 1 szt Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ,</u>)
		Wartość energetyczna: 2788.14 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 419.47 g; W tym cukry: 111.14 g; Sód: 2430.55 mg;	Wartość energetyczna: 2709.84 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 399.43 g; W tym cukry: 117.16 g; Sód: 2265.54 mg;	Wartość energetyczna: 2158.44 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 325.06 g; W tym cukry: 95.81 g; Sód: 2519.81 mg;	Wartość energetyczna: 2376.23 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 82.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 329.06 g; W tym cukry: 48.34 g; Sód: 3175.11 mg;	Wartość energetyczna: 2788.14 kcal; Białko ogółem: 115.01 g; Tłuszcz: 83.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 419.47 g; W tym cukry: 111.14 g; Sód: 2430.55 mg;	Wartość energetyczna: 2709.84 kcal; Białko ogółem: 117.86 g; Tłuszcz: 77.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.62 g; Węglowodany ogółem: 399.43 g; W tym cukry: 117.16 g; Sód: 2265.54 mg;	Wartość energetyczna: 2158.44 kcal; Białko ogółem: 105.22 g; Tłuszcz: 54.59 g; Kw. tł. nasy.: 16.99 g; Węglowodany ogółem: 325.06 g; W tym cukry: 95.81 g; Sód: 2519.81 mg;	Wartość energetyczna: 2376.23 kcal; Białko ogółem: 111.81 g; Tłuszcz: 82.61 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 329.06 g; W tym cukry: 48.34 g; Sód: 3175.11 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.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
2026-10-23 piątek	Śniadanie Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ser mozzarella 60 g (MLE,) Dżem 60 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ser mozzarella 60 g (MLE,) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 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,) Dżem 60 g Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ser mozzarella 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ser mozzarella 60 g (MLE,) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ser mozzarella 60 g (MLE,) Dżem 60 g Jabłko 1 szt 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek 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,) Dżem 60 g Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Twarożek 60 g (MLE,) Ser mozzarella 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)
	Obiad Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona w panierce (Brama) (bez dodatku oleju) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) 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	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona w panierce (Brama) (bez dodatku oleju) 120 g (GLU PSZ, JAJ, RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (GLU PSZ, SEL,) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (GLU PSZ, SEL,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Krupnik jęczmienny # 350 ml (MLE, SEL, GLU JECZ,) Ryba pieczona (Brama) 120 g (RYB, może zawierać: SKO, MCK,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Surowka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 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 koperkiem 60 g (JAJ, GOR,) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (MLE,) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (JAJ, GOR,) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Serek twarogowy 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy 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 Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (JAJ, MLE,) Serek twarogowy homogenizowany z ziołami 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Mix салат 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Mus owocowo-warzywny 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 sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowo-warzywny 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 sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2394.03 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; W tym cukry: 85.00 g; Sód: 3282.39 mg;	Wartość energetyczna: 2438.61 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 90.90 g; Sód: 2188.82 mg;	Wartość energetyczna: 2073.12 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 308.06 g; W tym cukry: 83.87 g; Sód: 2793.89 mg;	Wartość energetyczna: 2139.11 kcal; Białko ogółem: 122.86 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 261.40 g; W tym cukry: 40.16 g; Sód: 3232.15 mg;	Wartość energetyczna: 2394.03 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 74.47 g; Kw. tł. nasy.: 27.93 g; Węglowodany ogółem: 344.93 g; W tym cukry: 85.00 g; Sód: 3282.39 mg;	Wartość energetyczna: 2438.61 kcal; Białko ogółem: 121.61 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 28.33 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 90.90 g; Sód: 2188.82 mg;	Wartość energetyczna: 2073.12 kcal; Białko ogółem: 105.41 g; Tłuszcz: 54.16 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 308.06 g; W tym cukry: 83.87 g; Sód: 2793.89 mg;	Wartość energetyczna: 2139.11 kcal; Białko ogółem: 122.86 g; Tłuszcz: 79.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.11 g; Węglowodany ogółem: 261.40 g; W tym cukry: 40.16 g; Sód: 3232.15 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
2026-10-24 sobota	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie	Śniadanie
	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 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.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 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.) 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 1szt. 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 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 Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 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.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad	Obiad
	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
2026-10-24 sobota	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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml 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.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynki i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, SOJ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
2026-10-24 sobota	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN	PN
	Wartość energetyczna: 2497.21 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; W tym cukry: 69.86 g; Sód: 3636.05 mg;	Wartość energetyczna: 2512.94 kcal; Białko ogółem: 127.44 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 339.30 g; W tym cukry: 66.65 g; Sód: 3237.07 mg;	Wartość energetyczna: 2075.43 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; W tym cukry: 53.00 g; Sód: 3439.40 mg;	Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 292.16 g; W tym cukry: 42.29 g; Sód: 3245.56 mg;	Wartość energetyczna: 2497.21 kcal; Białko ogółem: 123.99 g; Tłuszcz: 79.78 g; Kw. tł. nasy.: 37.71 g; Węglowodany ogółem: 346.22 g; W tym cukry: 69.86 g; Sód: 3636.05 mg;	Wartość energetyczna: 2512.94 kcal; Białko ogółem: 127.44 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kw. tł. nasy.: 37.61 g; Węglowodany ogółem: 339.30 g; W tym cukry: 66.65 g; Sód: 3237.07 mg;	Wartość energetyczna: 2075.43 kcal; Białko ogółem: 113.51 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 282.56 g; W tym cukry: 53.00 g; Sód: 3439.40 mg;	Wartość energetyczna: 2268.82 kcal; Białko ogółem: 124.78 g; Tłuszcz: 78.56 g; Kw. tł. nasy.: 36.70 g; Węglowodany ogółem: 292.16 g; W tym cukry: 42.29 g; Sód: 3245.56 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. 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	
2026-10-25 niedziela	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Banan 1szt. 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 20 g Sałata zielona b/c 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Serek twarogowy homogenizowany 60 g (MLE , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 1szt. 1 szt	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE , 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 twarogowy homogenizowany 60 g (MLE , Mus z jabłek () b/c 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (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 , Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ , Sałata zielona 20 g Rzodkiew biała 80 g Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE , Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	Obiad	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, JAJ , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, JAJ , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL , Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, JAJ , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Kotlet wieprzowy panierowany pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ , Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Kalafior gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL , Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny () 100 ml (GLU PSZ, SEL , Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL , Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 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 , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE , Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR , Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	Wartość energetyczna: 2584.09 kcal; Białko ogółem: 114.43 g; Tłuszcz: 76.80 g; Kw. tł. nasy.: 30.24 g; Węglowodany ogółem: 383.38 g; W tym cukry: 107.49 g; Sód: 2948.87 mg;	Wartość energetyczna: 2511.27 kcal; Białko ogółem: 126.70 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 363.28 g; W tym cukry: 109.66 g; Sód: 2563.76 mg;	Wartość energetyczna: 2065.83 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 302.88 g; W tym cukry: 76.49 g; Sód: 2569.87 mg;	Wartość energetyczna: 2164.10 kcal; Białko ogółem: 128.43 g; Tłuszcz: 72.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 284.09 g; W tym cukry: 54.30 g; Sód: 3219.33 mg;	Wartość energetyczna: 2493.19 kcal; Białko ogółem: 109.29 g; Tłuszcz: 73.80 g; Kw. tł. nasy.: 28.45 g; Węglowodany ogółem: 372.87 g; W tym cukry: 100.14 g; Sód: 2882.87 mg;	Wartość energetyczna: 2420.37 kcal; Białko ogółem: 121.56 g; Tłuszcz: 65.00 g; Kw. tł. nasy.: 28.36 g; Węglowodany ogółem: 352.77 g; W tym cukry: 102.31 g; Sód: 2497.76 mg;	Wartość energetyczna: 2065.83 kcal; Białko ogółem: 102.66 g; Tłuszcz: 56.67 g; Kw. tł. nasy.: 16.57 g; Węglowodany ogółem: 302.88 g; W tym cukry: 76.49 g; Sód: 2569.87 mg;	Wartość energetyczna: 2073.20 kcal; Białko ogółem: 123.29 g; Tłuszcz: 69.95 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 273.58 g; W tym cukry: 46.95 g; Sód: 3153.33 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,*