

	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. anów	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. anów	
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Ogórek kiszony 90 g Rukola 10 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (MLE,) Pomidor 90 g Rukola 10 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,) Twaróg półtłusty 60 g (MLE,) Banan 150 g Pomidor 90 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE,)	
	Obiad	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLUPSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLUPSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (drobno tarta) 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Mieso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Cukinia pieczona (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLUPSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLUPSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (GLUPSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (drobno tarta) 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Mieso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL,) Cukinia pieczona (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (GLUPSZ, SEL,) Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (GLUPSZ, MLE,) Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (SEL,) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Tofu 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Tofu 60 g (SOJ,) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLUPSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLUPSZ, 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
	PN	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,) 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 (GLUPSZ, GLU ŻYT,)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,)	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Chleb Graham 30 g (GLUPSZ,)
	Wartość energetyczna: 2593.18 kcal; Białko ogółem: 105.56 g; Tłuszcz: 87.21 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 375.21 g; W tym cukry: 88.63 g; Błonnik pok.: 36.79 g; Sód: 3952.43 mg;	Wartość energetyczna: 2403.62 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; W tym cukry: 97.04 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sód: 2667.10 mg;	Wartość energetyczna: 2088.38 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sód: 2812.19 mg;	Wartość energetyczna: 2298.72 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 85.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 310.45 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 43.62 g; Sód: 3639.00 mg;	Wartość energetyczna: 2609.98 kcal; Białko ogółem: 103.94 g; Tłuszcz: 87.03 g; Kw. tł. nasy.: 35.46 g; Węglowodany ogółem: 379.05 g; W tym cukry: 88.45 g; Błonnik pok.: 35.35 g; Sód: 4048.43 mg;	Wartość energetyczna: 2403.62 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 62.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.10 g; Węglowodany ogółem: 376.87 g; W tym cukry: 97.04 g; Błonnik pok.: 29.70 g; Sód: 2667.10 mg;	Wartość energetyczna: 2088.38 kcal; Białko ogółem: 104.76 g; Tłuszcz: 55.16 g; Kw. tł. nasy.: 16.38 g; Węglowodany ogółem: 311.30 g; W tym cukry: 82.29 g; Błonnik pok.: 26.37 g; Sód: 2812.19 mg;	Wartość energetyczna: 2298.72 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 85.55 g; Kw. tł. nasy.: 34.05 g; Węglowodany ogółem: 310.45 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 43.62 g; Sód: 3639.00 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. węglowod. anów	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. anów	
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Zacierka 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) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) 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) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	Chleb Graham 100 g (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) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	Zacierka 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) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix салат 20 g	Chleb Graham 100 g (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) Twarożek z koperkiem 60 g (MLE) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix салат 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE)	
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 120 g (GLU PSZ) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 120 g (GLU PSZ) Sos własny 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (SEL)	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa pieczona 120 g (GLU PSZ) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 120 g (GLU PSZ) Sos meksykański 100 g (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL) Marchew gotowana 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Bitka schabowa duszona 120 g (GLU PSZ) Sos własny 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Brokuł gotowany z olejem* 100 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (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 Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (MLE) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomidor 25 g			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Pomidor 25 g			Serek homo naturalny 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 2690.84 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; Tłuszcz: 100.43 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; W tym cukry: 76.35 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sód: 3367.95 mg;	Wartość energetyczna: 2529.63 kcal; Białko ogółem: 138.96 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; W tym cukry: 72.42 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sód: 2568.39 mg;	Wartość energetyczna: 1926.74 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 259.26 g; W tym cukry: 57.98 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sód: 2714.41 mg;	Wartość energetyczna: 2267.69 kcal; Białko ogółem: 136.32 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 270.74 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sód: 2947.83 mg;	Wartość energetyczna: 2690.84 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; Tłuszcz: 100.43 g; Kw. tł. nasy.: 44.22 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; W tym cukry: 76.35 g; Błonnik pok.: 29.43 g; Sód: 3367.95 mg;	Wartość energetyczna: 2529.63 kcal; Białko ogółem: 138.96 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kw. tł. nasy.: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 328.29 g; W tym cukry: 72.42 g; Błonnik pok.: 22.32 g; Sód: 2568.39 mg;	Wartość energetyczna: 1926.74 kcal; Białko ogółem: 114.40 g; Tłuszcz: 55.47 g; Kw. tł. nasy.: 15.23 g; Węglowodany ogółem: 259.26 g; W tym cukry: 57.98 g; Błonnik pok.: 24.05 g; Sód: 2714.41 mg;	Wartość energetyczna: 2267.69 kcal; Białko ogółem: 136.32 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 28.31 g; Węglowodany ogółem: 270.74 g; W tym cukry: 48.07 g; Błonnik pok.: 35.15 g; Sód: 2947.83 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 anów	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 anów
2026-10-28 środa	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE , Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ , Twaróg półtłusty 60 g (MLE , Ogórek kiszony 80 g Sliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE ,)
	Obiad Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02 , Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bulką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ , Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL , Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pietruszkowy. 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (SEL , Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02 , Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bulką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ , Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02 , Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (GLU PSZ, JAJ , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bulką tartą i z olejem* 100 g (GLU PSZ , Surowka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pietruszkowy. 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pietruszkowy. 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, S02 , Pulpet drobiowy 120 g (GLU PSZ, JAJ , Sos pietruszkowy. 100 ml (GLU PSZ, MLE, SEL , Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB, SOJ , 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 (GLUPSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLUPSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , Pomidor 80 g 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT , Chleb Graham 50 g (GLU PSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB, SOJ , 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 (GLUPSZ , Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , 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 (GLUPSZ , Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , Pomidor 80 g 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 z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02 , Paprykarz rybno (morszczuk)-warzywny. 60 g (RYB , Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
BN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Jabiko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabiko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabiko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Jabiko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml			Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE , Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2527.74 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 90.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 339.86 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sód: 4221.34 mg;	Wartość energetyczna: 2420.83 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 111.81 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 3006.40 mg;	Wartość energetyczna: 2121.64 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; W tym cukry: 100.53 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 2980.50 mg;	Wartość energetyczna: 2052.60 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; W tym cukry: 39.40 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sód: 4165.90 mg;	Wartość energetyczna: 2527.74 kcal; Białko ogółem: 111.53 g; Tłuszcz: 90.81 g; Kw. tł. nasy.: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 339.86 g; W tym cukry: 86.69 g; Błonnik pok.: 30.69 g; Sód: 4221.34 mg;	Wartość energetyczna: 2420.83 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 359.32 g; W tym cukry: 111.81 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 3006.40 mg;	Wartość energetyczna: 2121.64 kcal; Białko ogółem: 101.01 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 17.60 g; Węglowodany ogółem: 322.82 g; W tym cukry: 100.53 g; Błonnik pok.: 26.87 g; Sód: 2980.50 mg;	Wartość energetyczna: 2052.60 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 67.33 g; Kw. tł. nasy.: 29.15 g; Węglowodany ogółem: 281.68 g; W tym cukry: 39.40 g; Błonnik pok.: 32.63 g; Sód: 4165.90 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 anów	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 anów	
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone , parzone 80 g Musztarda 15g saszetka 1 szt (<u>GOR,</u>) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (<u>MLE,</u>) Papryka świeża 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>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sliwka szt 2 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g 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>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,</u>) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sliwka szt 2 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)	
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Mix salat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Cukinia pieczona z olejem * 140 g Mix salat z marchewką i olejem 60 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Mix salat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Mix salat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Mix salat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ziemniaczana # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Bukiet jarzyn gotowany # (bez oleju) 100 g (<u>SEL,</u>) Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ZYT,</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JECZ,</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>) Mix salat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser topiony 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>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa # 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) 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>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa # 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT,</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Ser topiony 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>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa # 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (<u>MLE, SEL,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Serek a'la homogenizowany z ziołami 60 g (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Sałata zielona 20 g Sałatka jarzynowa # 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g								
	Wartość energetyczna: 2856.21 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 118.74 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 335.59 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sód: 5229.90 mg;	Wartość energetyczna: 2465.27 kcal; Białko ogółem: 128.94 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sód: 3253.41 mg;	Wartość energetyczna: 2097.50 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 64.89 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sód: 3412.13 mg;	Wartość energetyczna: 2251.44 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sód: 3469.28 mg;	Wartość energetyczna: 2856.21 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 118.74 g; Kw. tł. nasy.: 44.35 g; Węglowodany ogółem: 335.59 g; W tym cukry: 73.34 g; Błonnik pok.: 38.78 g; Sód: 5229.90 mg;	Wartość energetyczna: 2465.27 kcal; Białko ogółem: 128.94 g; Tłuszcz: 87.97 g; Kw. tł. nasy.: 35.09 g; Węglowodany ogółem: 310.64 g; W tym cukry: 79.45 g; Błonnik pok.: 26.97 g; Sód: 3253.41 mg;	Wartość energetyczna: 2097.50 kcal; Białko ogółem: 127.00 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 22.15 g; Węglowodany ogółem: 268.38 g; W tym cukry: 64.89 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sód: 3412.13 mg;	Wartość energetyczna: 2251.44 kcal; Białko ogółem: 125.27 g; Tłuszcz: 92.29 g; Kw. tł. nasy.: 35.21 g; Węglowodany ogółem: 262.55 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 33.46 g; Sód: 3469.28 mg;	

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowod. anów	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. anów	
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Rogal maślane 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 Banan 150 g Pomidor 80 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Rogal maślane 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 Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Rogal maślane 50g. 1 szt (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Roszponka 10 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Roszponka 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Ryba pieczona w ziołach (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Dynia duszona (bez oleju)* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Szpinakowa z zacierką # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet rybny (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Sos cytrynowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Salatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Dynia duszona z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ, 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, PSZ</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>) Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, PSZ</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>) Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Tofu 60 g (<u>SOJ</u>) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
PN		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Serek twarogowy termizowany smak śmietankowy 20g 1 szt (<u>MLE, może zawierać: RYB, OZI, MLE</u>) Mix salat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
		Wartość energetyczna: 2284.43 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 333.70 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 2029.95 mg;	Wartość energetyczna: 2493.34 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 365.87 g; W tym cukry: 104.90 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sód: 1963.26 mg;	Wartość energetyczna: 2118.27 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 308.22 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 2762.08 mg;	Wartość energetyczna: 2065.72 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; W tym cukry: 47.34 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sód: 2935.31 mg;	Wartość energetyczna: 2284.43 kcal; Białko ogółem: 102.93 g; Tłuszcz: 66.43 g; Kw. tł. nasy.: 28.88 g; Węglowodany ogółem: 333.70 g; W tym cukry: 102.61 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 2029.95 mg;	Wartość energetyczna: 2493.34 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 72.90 g; Kw. tł. nasy.: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 365.87 g; W tym cukry: 104.90 g; Błonnik pok.: 21.38 g; Sód: 1963.26 mg;	Wartość energetyczna: 2118.27 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 57.26 g; Kw. tł. nasy.: 17.58 g; Węglowodany ogółem: 308.22 g; W tym cukry: 69.92 g; Błonnik pok.: 19.99 g; Sód: 2762.08 mg;	Wartość energetyczna: 2065.72 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 69.83 g; Kw. tł. nasy.: 28.73 g; Węglowodany ogółem: 279.14 g; W tym cukry: 47.34 g; Błonnik pok.: 32.57 g; Sód: 2935.31 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 anów	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 anów
Śniadanie	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Platki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE.) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
Obiad	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka pieczony 120 g (GLU PSZ.) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Koperkowa z ryżem # 350 ml (MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 120 g Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g Marchew gotowana z olejem 100 g Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami #-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami #-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 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.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami #-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Paszтет drobiowo-wp z warzywami #-dieta 60 g (GLU PSZ, JAJ, SEL.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata lodowa 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pasta z soczewicy czerwonej 60 g Rzodkiew biała 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata lodowa 20 g
PN	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Wartość energetyczna: 2049.44 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 3051.36 mg;	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i salata (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, salata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2360.72 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 341.63 g; W tym cukry: 84.93 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sód: 3413.98 mg;	Wartość energetyczna: 2354.61 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 324.63 g; W tym cukry: 85.36 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 3153.80 mg;	Wartość energetyczna: 2149.03 kcal; Białko ogółem: 115.90 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 292.39 g; W tym cukry: 54.05 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sód: 3180.12 mg;	Wartość energetyczna: 2149.03 kcal; Białko ogółem: 115.90 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kw. tł. nasy.: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 292.39 g; W tym cukry: 54.05 g; Błonnik pok.: 37.85 g; Sód: 3180.12 mg;	Wartość energetyczna: 2360.72 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 341.63 g; W tym cukry: 84.93 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sód: 3413.98 mg;	Wartość energetyczna: 2360.72 kcal; Białko ogółem: 110.48 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy.: 33.84 g; Węglowodany ogółem: 341.63 g; W tym cukry: 84.93 g; Błonnik pok.: 35.32 g; Sód: 3413.98 mg;	Wartość energetyczna: 2354.61 kcal; Białko ogółem: 112.81 g; Tłuszcz: 74.75 g; Kw. tł. nasy.: 34.68 g; Węglowodany ogółem: 324.63 g; W tym cukry: 85.36 g; Błonnik pok.: 25.56 g; Sód: 3153.80 mg;	Wartość energetyczna: 2049.44 kcal; Białko ogółem: 102.56 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 23.15 g; Węglowodany ogółem: 284.23 g; W tym cukry: 67.53 g; Błonnik pok.: 23.03 g; Sód: 3051.36 mg;

	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. anów	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. anów
2026-11-01 niedziela	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Papryka świeża 80 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Pasta z twarogu z dżemem brzoskwinowym 70 g (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)
	Obiad Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko pieczone 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (GLU, PSZ, SEL.) Udko gotowane 1 szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Serek a'la homogenizowany 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU, PSZ.) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Serek a'la homogenizowany 60 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU, PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PV	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt	Wafle ryżowe 30 g Sok tłoczony jabłkowo-marchwiowy NFC 100% tł. 200ml 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (GLU, PSZ.)	Wartość energetyczna: 2373.74 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 96.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 3184.35 mg;
	Wartość energetyczna: 2670.30 kcal; Białko ogółem: 146.18 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 3251.61 mg;	Wartość energetyczna: 2750.34 kcal; Białko ogółem: 149.28 g; Tłuszcz: 98.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 329.73 g; W tym cukry: 92.49 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2955.98 mg;	Wartość energetyczna: 2397.02 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; W tym cukry: 93.17 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2917.86 mg;	Wartość energetyczna: 2373.74 kcal; Białko ogółem: 147.12 g; Tłuszcz: 96.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 3184.35 mg;	Wartość energetyczna: 2670.30 kcal; Białko ogółem: 146.18 g; Tłuszcz: 102.13 g; Kw. tł. nasy.: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 314.39 g; W tym cukry: 78.69 g; Błonnik pok.: 29.33 g; Sód: 3251.61 mg;	Wartość energetyczna: 2750.34 kcal; Białko ogółem: 149.28 g; Tłuszcz: 98.90 g; Kw. tł. nasy.: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 329.73 g; W tym cukry: 92.49 g; Błonnik pok.: 21.06 g; Sód: 2955.98 mg;	Wartość energetyczna: 2397.02 kcal; Białko ogółem: 133.06 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 23.78 g; Węglowodany ogółem: 314.76 g; W tym cukry: 93.17 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sód: 2917.86 mg;	Wartość energetyczna: 2373.74 kcal; Białko ogółem: 147.12 g; Tłuszcz: 96.31 g; Kw. tł. nasy.: 32.78 g; Węglowodany ogółem: 259.11 g; W tym cukry: 54.19 g; Błonnik pok.: 33.79 g; Sód: 3184.35 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowod anów	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 anów
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ZYT, GLU JECZ.</u>) Salata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad Kapuśniak z kapusty kiszonej #, 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej #, 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE.</u>) Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet jarzyn gotowany (bez oleju) # 100 g (<u>SEL.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Mięso drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem b/c 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 70 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ZYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek półtusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Twarożek z papryką 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanaпка z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanaпка z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanaпка z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ZYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>)
	Wartość energetyczna: 2596.64 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 74.98 g; Kw. tł. nasy.: 34.47 g; Węglowodany ogółem: 404.27 g; W tym cukry: 109.58 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sód: 3237.48 mg;	Wartość energetyczna: 2601.49 kcal; Białko ogółem: 99.80 g; Tłuszcz: 66.93 g; Kw. tł. nasy.: 32.54 g; Węglowodany ogółem: 415.81 g; W tym cukry: 117.27 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sód: 2031.21 mg;	Wartość energetyczna: 2102.99 kcal; Białko ogółem: 109.25 g; Tłuszcz: 62.52 g; Kw. tł. nasy.: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 315.07 g; W tym cukry: 66.69 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 2923.51 mg;	Wartość energetyczna: 2312.55 kcal; Białko ogółem: 125.84 g; Tłuszcz: 80.66 g; Kw. tł. nasy.: 33.83 g; Węglowodany ogółem: 299.53 g; W tym cukry: 48.68 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sód: 3558.15 mg;	Wartość energetyczna: 2505.74 kcal; Białko ogółem: 94.03 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 393.76 g; W tym cukry: 102.23 g; Błonnik pok.: 31.71 g; Sód: 3171.48 mg;	Wartość energetyczna: 2510.59 kcal; Białko ogółem: 94.66 g; Tłuszcz: 63.93 g; Kw. tł. nasy.: 30.75 g; Węglowodany ogółem: 405.30 g; W tym cukry: 109.92 g; Błonnik pok.: 27.13 g; Sód: 1965.21 mg;	Wartość energetyczna: 1964.99 kcal; Białko ogółem: 104.80 g; Tłuszcz: 51.77 g; Kw. tł. nasy.: 16.84 g; Węglowodany ogółem: 285.32 g; W tym cukry: 66.09 g; Błonnik pok.: 24.52 g; Sód: 2731.51 mg;	Wartość energetyczna: 2221.65 kcal; Białko ogółem: 120.70 g; Tłuszcz: 77.66 g; Kw. tł. nasy.: 32.04 g; Węglowodany ogółem: 289.02 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 37.12 g; Sód: 3492.15 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowod. anów	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. anów	
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki drobiowe z ciędiną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Twarożek 60 g (MLE,) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (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,) Twarożek 60 g (MLE,) Sliwka 120 g Ogórek kiszony 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,) Sałata zielona 20 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,)	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Parówki drobiowe z ciędiną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,) Twarożek 60 g (MLE,) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (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,) Twarożek 60 g (MLE,) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,)	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,) Twarożek 60 g (MLE,) Ogórek kiszony 80 g Sliwka 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE,)	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Buraczki gotowane z olejem 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Sznikak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Sznikak gotowany (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ,) Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Sznikak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ,) Sznikak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Mięso drobiowe duszone z udźca 120 g (GLU PSZ,) Ziemniaki gotowane 200 g Sznikak gotowany (bez oleju)* 100 g (GLU PSZ,) Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (GLU PSZ, SEL,) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (GLU PSZ, JAJ,) Sos ziołowy 100 ml (GLU PSZ, SEL,) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Sznikak gotowany z olejem* 100 g (GLU PSZ,) 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 ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Mix sałat 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,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Mix sałat 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,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Mix sałat 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,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Mix sałat 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,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Mix sałat 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,) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ,) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE,) Pasta z ryby gotowanej (morszczuk) z warzywami 60 g (RYB, SEL,) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02,) Serek śmietankowy naturalny 60 g (MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)			Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,)	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z twarożkiem i sałatą (bułka graham 50g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (GLU PSZ, MLE,) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2888.62 kcal; Białko ogółem: 135.74 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 402.30 g; W tym cukry: 88.51 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sód: 4063.45 mg;	Wartość energetyczna: 2657.20 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 384.64 g; W tym cukry: 91.52 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 2801.39 mg;	Wartość energetyczna: 2254.66 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sód: 2901.20 mg;	Wartość energetyczna: 2507.90 kcal; Białko ogółem: 138.54 g; Tłuszcz: 85.08 g; Kw. tł. nasy.: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 334.96 g; W tym cukry: 49.07 g; Błonnik pok.: 40.70 g; Sód: 3678.24 mg;	Wartość energetyczna: 2888.62 kcal; Białko ogółem: 135.74 g; Tłuszcz: 87.67 g; Kw. tł. nasy.: 31.12 g; Węglowodany ogółem: 402.30 g; W tym cukry: 88.51 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sód: 4063.45 mg;	Wartość energetyczna: 2657.20 kcal; Białko ogółem: 127.22 g; Tłuszcz: 75.29 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 384.64 g; W tym cukry: 91.52 g; Błonnik pok.: 26.26 g; Sód: 2801.39 mg;	Wartość energetyczna: 2254.66 kcal; Białko ogółem: 108.30 g; Tłuszcz: 72.96 g; Kw. tł. nasy.: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 308.25 g; W tym cukry: 77.12 g; Błonnik pok.: 23.13 g; Sód: 2901.20 mg;	Wartość energetyczna: 2419.60 kcal; Białko ogółem: 132.93 g; Tłuszcz: 82.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.02 g; Węglowodany ogółem: 320.59 g; W tym cukry: 42.89 g; Błonnik pok.: 40.63 g; Sód: 3563.54 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 anów	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 anów
2026-11-04 środa	Śniadanie Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 1szt. 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</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 Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>), Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Serek homo o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym (bez oleju) 80 g (<u>SEL</u>), Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Gruszka 1szt. 150 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>), Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Gruszka 1szt. 150 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>), Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym i olejem * 80 g (<u>SEL</u>), Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Serek homogenizowany o smaku waniliowym 60 g (<u>MLE</u>), Sałata zielona 20 g Bukiet jarzyn z koncentratem pomidorowym (bez oleju) 80 g (<u>SEL</u>), Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>), Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>), Gruszka 1szt. 150 g Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>),
	Obiad Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Mięso drobiowe pieczone z udźca kurczaka 120 g (<u>GLU PSZ</u>), Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Kalafior gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Grysikowa # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>), Ziemniaki gotowane 200 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Sos brokułowy 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>), Drynja duszona z marchewką z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Ogórek kiszony z cebulką z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>), Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasztet drobiowo-wp z warzywami # 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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>), Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 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 Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>), Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>), Pasztet drobiowo-wp z warzywami # -dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL</u>), Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 60 g (<u>MLE</u>), Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
BN	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE</u>), Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2494.67 kcal; Białko ogółem: 116.86 g; Tłuszcz: 79.22 g; Kw. tł. nasy.: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 348.80 g; W tym cukry: 86.36 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 3464.00 mg;	Wartość energetyczna: 2527.66 kcal; Białko ogółem: 119.82 g; Tłuszcz: 78.47 g; Kw. tł. nasy.: 31.44 g; Węglowodany ogółem: 349.15 g; W tym cukry: 89.24 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 2594.58 mg;	Wartość energetyczna: 2017.62 kcal; Białko ogółem: 106.66 g; Tłuszcz: 50.36 g; Kw. tł. nasy.: 15.52 g; Węglowodany ogółem: 297.70 g; W tym cukry: 70.53 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 2859.80 mg;	Wartość energetyczna: 2253.49 kcal; Białko ogółem: 122.02 g; Tłuszcz: 79.69 g; Kw. tł. nasy.: 33.15 g; Węglowodany ogółem: 392.49 g; W tym cukry: 53.14 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 3788.64 mg;	Wartość energetyczna: 2403.77 kcal; Białko ogółem: 111.72 g; Tłuszcz: 76.22 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 338.29 g; W tym cukry: 79.01 g; Błonnik pok.: 28.90 g; Sód: 3398.00 mg;	Wartość energetyczna: 2436.76 kcal; Białko ogółem: 114.68 g; Tłuszcz: 75.47 g; Kw. tł. nasy.: 29.65 g; Węglowodany ogółem: 338.98 g; W tym cukry: 81.89 g; Błonnik pok.: 25.42 g; Sód: 2528.58 mg;	Wartość energetyczna: 2038.65 kcal; Białko ogółem: 103.06 g; Tłuszcz: 52.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.92 g; Węglowodany ogółem: 301.90 g; W tym cukry: 75.93 g; Błonnik pok.: 22.65 g; Sód: 2871.77 mg;	Wartość energetyczna: 2162.59 kcal; Białko ogółem: 116.88 g; Tłuszcz: 76.69 g; Kw. tł. nasy.: 31.36 g; Węglowodany ogółem: 348.80 g; W tym cukry: 45.79 g; Błonnik pok.: 34.03 g; Sód: 3722.64 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 ogranic. łatwo przysw. węglowod. anów	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 ogranic. łatwo przysw. węglowod. anów
2026-11-05 czwartek	Śniadanie Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Banan 150 g Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU, JECZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Mix салат 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU, OW, może zawierać: MLE, GOR, SO2.</u>) Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Mix салат 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Mieśo drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u>) Schab pieczony w rękawie 120 g Sos własny 100 ml (<u>GLU, PSZ, SEL.</u>) Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Surówka wielowarzynna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>) Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Salata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU, PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (<u>SEL.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	BN Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU, PSZ, JAJ, MLE.</u>) Sliwka szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Jabłko 1 szt 1 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU, PSZ, JAJ.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i salata (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, salata 5g) 1 szt (<u>GLU, PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	Wartość energetyczna: 2624.79 kcal; Białko ogółem: 129.07 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 379.09 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sód: 2960.55 mg;	Wartość energetyczna: 2620.25 kcal; Białko ogółem: 137.17 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 30.58 g; Węglowodany ogółem: 382.08 g; W tym cukry: 105.95 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sód: 2716.58 mg;	Wartość energetyczna: 2091.42 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 51.93 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 316.18 g; W tym cukry: 87.14 g; Błonnik pok.: 26.30 g; Sód: 2867.35 mg;	Wartość energetyczna: 2354.28 kcal; Białko ogółem: 137.56 g; Tłuszcz: 72.76 g; Kw. tł. nasy.: 30.72 g; Węglowodany ogółem: 322.08 g; W tym cukry: 55.79 g; Błonnik pok.: 41.11 g; Sód: 3120.99 mg;	Wartość energetyczna: 2624.79 kcal; Białko ogółem: 129.07 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 29.07 g; Węglowodany ogółem: 379.09 g; W tym cukry: 94.46 g; Błonnik pok.: 32.28 g; Sód: 2960.55 mg;	Wartość energetyczna: 2529.35 kcal; Białko ogółem: 132.03 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.79 g; Węglowodany ogółem: 311.57 g; W tym cukry: 98.60 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sód: 2650.58 mg;	Wartość energetyczna: 2016.42 kcal; Białko ogółem: 106.51 g; Tłuszcz: 51.33 g; Kw. tł. nasy.: 16.34 g; Węglowodany ogółem: 298.03 g; W tym cukry: 72.59 g; Błonnik pok.: 23.30 g; Sód: 2864.35 mg;	Wartość energetyczna: 2263.38 kcal; Białko ogółem: 132.42 g; Tłuszcz: 69.76 g; Kw. tł. nasy.: 28.93 g; Węglowodany ogółem: 311.57 g; W tym cukry: 48.44 g; Błonnik pok.: 41.11 g; Sód: 3054.99 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr. tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz. łatwo przysw. węglowod. anów	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. anów	
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka szt 2 szt Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Dżem 60 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Jabłko pieczone 1szt. 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śliwka szt 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona w panierce (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ, RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Ryżowa # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Warzywa po grecku # (bez oleju) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Cukinia pieczona (bez oleju)* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kalafiorowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Ryba pieczona (Miruna) 120 g (<u>RYB</u>) Surówka żydowska z olejem () 100 g Warzywa po grecku# (bez cukru) 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem -dieta. 60 g (<u>JAJ, MLE</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR</u>) Twarożek 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Pasta z jaj z koperkiem 60 g (<u>JAJ, GOR</u>) Twarożek z papryką 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	NV	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	NFC -100% tłoczony 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	NFC -100% tłoczony 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sok jabłkowo-jagodowy 0,2L NFC -100% tłoczony 1 szt	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)
	Wartość energetyczna: 2488.11 kcal; Białko ogółem: 99.15 g; Tłuszcz: 79.57 g; Kw. tł. nasy.: 29.38 g; Węglowodany ogółem: 360.42 g; W tym cukry: 112.33 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2806.91 mg;	Wartość energetyczna: 2363.17 kcal; Białko ogółem: 107.84 g; Tłuszcz: 62.85 g; Kw. tł. nasy.: 28.12 g; Węglowodany ogółem: 349.62 g; W tym cukry: 118.68 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2221.90 mg;	Wartość energetyczna: 1984.97 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sód: 2504.59 mg;	Wartość energetyczna: 1988.59 kcal; Białko ogółem: 112.54 g; Tłuszcz: 65.87 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 264.38 g; W tym cukry: 62.02 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sód: 3094.06 mg;	Wartość energetyczna: 2397.21 kcal; Białko ogółem: 94.01 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 349.91 g; W tym cukry: 104.98 g; Błonnik pok.: 28.02 g; Sód: 2740.91 mg;	Wartość energetyczna: 2272.27 kcal; Białko ogółem: 102.70 g; Tłuszcz: 59.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 339.11 g; W tym cukry: 111.33 g; Błonnik pok.: 21.65 g; Sód: 2155.90 mg;	Wartość energetyczna: 1984.97 kcal; Białko ogółem: 92.71 g; Tłuszcz: 46.54 g; Kw. tł. nasy.: 14.15 g; Węglowodany ogółem: 308.40 g; W tym cukry: 96.86 g; Błonnik pok.: 20.50 g; Sód: 2504.59 mg;	Wartość energetyczna: 1897.69 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 62.87 g; Kw. tł. nasy.: 25.50 g; Węglowodany ogółem: 253.87 g; W tym cukry: 54.67 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sód: 3028.06 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 anów	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 anów
2026-11-07 sobota	Śniadanie Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Serek Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE) Ogórek kiszony 80 g Banan 150 g 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 Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 80 g Banan 150 g 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 Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ) Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Ogórek kiszony 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Platki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Banan 150 g Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Salata zielona 20 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (MLE) Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW,może zawierać: MLE, GOR, SO2) Twaróg półtłusty 60 g (MLE) Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Salata zielona 20 g
	Obiad Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ) Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	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 Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ser mozzarella 60 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ser mozzarella 60 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 80 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Ser mozzarella 60 g (MLE) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pasta z twarogu i brokuła 60 g (MLE) Pomidor 80 g	Chleb Graham 100 g (GLU PSZ) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z pol. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2) Salata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ser mozzarella 60 g (MLE) Pomidor 80 g
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) 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 (MLE) Pomidor 25 g	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) 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 (MLE) 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 (MLE) Pomidor 25 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g
	Wartość energetyczna: 2562.55 kcal; Białko ogółem: 122.58 g; Tłuszcz: 92.06 g; Kw. tł. nasy.: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 91.48 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sód: 3862.80 mg;	Wartość energetyczna: 2503.47 kcal; Białko ogółem: 130.04 g; Tłuszcz: 74.99 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 345.77 g; W tym cukry: 98.74 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 2792.20 mg;	Wartość energetyczna: 1977.89 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 272.95 g; W tym cukry: 74.41 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sód: 2723.57 mg;	Wartość energetyczna: 2134.48 kcal; Białko ogółem: 125.18 g; Tłuszcz: 74.32 g; Kw. tł. nasy.: 26.79 g; Węglowodany ogółem: 272.41 g; W tym cukry: 58.21 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sód: 3353.08 mg;	Wartość energetyczna: 2471.65 kcal; Białko ogółem: 117.44 g; Tłuszcz: 89.06 g; Kw. tł. nasy.: 39.35 g; Węglowodany ogółem: 324.24 g; W tym cukry: 84.13 g; Błonnik pok.: 32.66 g; Sód: 3796.80 mg;	Wartość energetyczna: 2412.57 kcal; Białko ogółem: 124.90 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kw. tł. nasy.: 25.91 g; Węglowodany ogółem: 335.26 g; W tym cukry: 91.39 g; Błonnik pok.: 28.94 g; Sód: 2726.20 mg;	Wartość energetyczna: 1977.89 kcal; Białko ogółem: 120.22 g; Tłuszcz: 51.19 g; Kw. tł. nasy.: 16.13 g; Węglowodany ogółem: 272.95 g; W tym cukry: 74.41 g; Błonnik pok.: 24.86 g; Sód: 2723.57 mg;	Wartość energetyczna: 2043.58 kcal; Białko ogółem: 120.04 g; Tłuszcz: 71.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.00 g; Węglowodany ogółem: 261.90 g; W tym cukry: 50.86 g; Błonnik pok.: 34.69 g; Sód: 3287.08 mg;

	BB- BCO WYZ D01 Podstawowa	BB- BCO WYZ D02 Łatwo strawna	BB- BCO WYZ D05 Łatwo strawna z ogr.tłuszczu	BB- BCO WYZ D03 Z ogranicz.łatwo.przysw.węglowod anów	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 anów
2026-11-08 niedziela	Śniadanie Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Mus z jabłek () z/c 100 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Serek homo. naturalny 60 g (<u>MLE</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Mus z jabłek () z/c 100 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet wieprzowy panierowany pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Miesio drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona (bez oleju) * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Kotlet wieprzowy panierowany pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Kapusta zasmażana 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Miśio drobiowe gotowane z udzka kurczaka 120 g Ziemniaki gotowane 200 g Marchew gotowana (bez oleju) 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	Kolacja Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna porcjowa 15g 1 szt Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE</u>) Twarożek z koperkiem 70 g (<u>MLE</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt
	PN	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)			Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt	Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>)	Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT</u>) Sok tłoczony jabłkowo-aroniowy NFC 100% 200ml 1 szt
	Wartość energetyczna: 2556.38 kcal; Białko ogółem: 118.45 g; Tłuszcz: 78.70 g; Kw. tł. nasy.: 32.08 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; W tym cukry: 101.39 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sód: 3205.00 mg;	Wartość energetyczna: 2419.80 kcal; Białko ogółem: 115.92 g; Tłuszcz: 67.45 g; Kw. tł. nasy.: 30.78 g; Węglowodany ogółem: 350.78 g; W tym cukry: 100.51 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 2817.88 mg;	Wartość energetyczna: 2058.33 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 307.28 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sód: 2858.72 mg;	Wartość energetyczna: 2124.56 kcal; Białko ogółem: 117.20 g; Tłuszcz: 66.13 g; Kw. tł. nasy.: 29.78 g; Węglowodany ogółem: 293.60 g; W tym cukry: 72.00 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sód: 2900.14 mg;	Wartość energetyczna: 2465.48 kcal; Białko ogółem: 113.31 g; Tłuszcz: 75.70 g; Kw. tł. nasy.: 30.29 g; Węglowodany ogółem: 355.68 g; W tym cukry: 94.04 g; Błonnik pok.: 31.05 g; Sód: 3139.00 mg;	Wartość energetyczna: 2328.90 kcal; Białko ogółem: 110.78 g; Tłuszcz: 64.45 g; Kw. tł. nasy.: 28.99 g; Węglowodany ogółem: 340.27 g; W tym cukry: 93.16 g; Błonnik pok.: 23.06 g; Sód: 2751.88 mg;	Wartość energetyczna: 2058.33 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 53.63 g; Kw. tł. nasy.: 16.43 g; Węglowodany ogółem: 307.28 g; W tym cukry: 88.12 g; Błonnik pok.: 21.44 g; Sód: 2858.72 mg;	Wartość energetyczna: 2033.66 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 63.13 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; W tym cukry: 64.65 g; Błonnik pok.: 36.82 g; Sód: 2834.14 mg;

Oznaczenia wskaźników odż.:

*Wartość energetyczna - Wartość energetyczna wg rozp. 1169/2011[kcal],
Białko ogółem - Białko ogółemwg rozp. 1169/2011,
Tłuszcz - Tłuszcz,
Węglowodany ogółem - Węglowodany ogółem,
Sód - Sód,
Sól - Sól,
Potas - Potas,
Kw. tł. nasy. - Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem,
Błonnik pok. - Błonnik pokarmowy,
Ener z B. - % energii z białka,
Ener. z T. - % energii z tłuszczu,
Ener z W. - % energii z węglowodanów,
W tym cukry - w tym cukry,
WW - WW,*