

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-26 poniedziałek	Śniadanie	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 40 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>)</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 90 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>)</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 90 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>)</p> <p>Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 90 g</p> <p>Rukola 10 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>
	II ŚN	<p>Kanapka z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>		<p>Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	Obiad	<p>Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Dyniowa z ziemniakami# 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Makaron ze szpinakiem i twarogiem*dieta 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c (drobno tarta) 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Fasolowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty ze szpinakiem i serem żółtym * 350 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Cukinia pieczona z olejem * 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	PN	<p>Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p>	<p>Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2841.03 kcal; Białko ogółem: 112.09 g; Tłuszcz: 94.05 g; Kw. tł. nasy.: 39.06 g; Węglowodany ogółem: 415.85 g; W tym cukry: 89.18 g; Błonnik pok.: 37.40 g; Sód: 4619.03 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2634.67 kcal; Białko ogółem: 110.69 g; Tłuszcz: 69.65 g; Kw. tł. nasy.: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 413.67 g; W tym cukry: 97.77 g; Błonnik pok.: 31.75 g; Sód: 3237.70 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2512.97 kcal; Białko ogółem: 117.11 g; Tłuszcz: 92.75 g; Kw. tł. nasy.: 37.65 g; Węglowodany ogółem: 343.41 g; W tym cukry: 58.37 g; Błonnik pok.: 47.11 g; Sód: 4113.60 mg;</p>

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-27 wtorek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix sałat 20 g	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Mix sałat 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Twarożek z koperkiem 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mix sałat 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR.</u>)
	Obiad	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa pieczona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos meksykański 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Ryż na sypko 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g	Brokułowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny. 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko 200 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Bukiet jarzyn gotowany z olejem # 100 g (<u>SEL.</u>)	Ogórkowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Bitka schabowa duszona 120 g (<u>GLU PSZ.</u>) Sos własny. 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ryż na sypko (brązowy) 200 g Surówka z kapusty białej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Brokuł gotowany z olejem* 100 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek Fromage 60 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek homo.o smaku naturalnym z ziołami 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>) Kalarepa 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 25 g		Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 25 g
		Wartość energetyczna: 2723.04 kcal; Białko ogółem: 136.70 g; Tłuszcz: 100.59 g; Kw. tł. nasy.: 44.24 g; Węglowodany ogółem: 339.51 g; W tym cukry: 80.23 g; Błonnik pok.: 30.23 g; Sód: 3379.75 mg;	Wartość energetyczna: 2561.83 kcal; Białko ogółem: 139.22 g; Tłuszcz: 79.82 g; Kw. tł. nasy.: 29.05 g; Węglowodany ogółem: 336.21 g; W tym cukry: 76.30 g; Błonnik pok.: 23.12 g; Sód: 2580.19 mg;	Wartość energetyczna: 2299.89 kcal; Białko ogółem: 136.58 g; Tłuszcz: 82.29 g; Kw. tł. nasy.: 28.32 g; Węglowodany ogółem: 278.66 g; W tym cukry: 51.95 g; Błonnik pok.: 35.95 g; Sód: 2959.63 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-28 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JECZ.</u>) Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Smoothie zielone 250 g (<u>SEL.</u>)		
	Obiad	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Kotlet mielony drobiowy pieczony 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z bułką tartą i z olejem * 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Jarzynowa z makaronem # dieta 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy. 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pieczarkowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, S02.</u>) Pulpet drobiowy 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos pietruszkowy. 100 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny. 60 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny. 60 g (<u>RYB.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>) Paprykarz rybno (łosoś)-warzywny. 60 g (<u>RYB.</u>) Pomidor 80 g Sałata lodowa 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kanapka z szynką i sałata (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: 2610.72 kcal; Białko ogółem: 114.07 g; Tłuszcz: 88.91 g; Kw. tł. nasy.: 30.77 g; Węglowodany ogółem: 364.45 g; W tym cukry: 100.74 g; Błonnik pok.: 35.09 g; Sód: 3927.70 mg;	Wartość energetyczna: 2529.38 kcal; Białko ogółem: 114.80 g; Tłuszcz: 71.09 g; Kw. tł. nasy.: 29.68 g; Węglowodany ogółem: 376.39 g; W tym cukry: 124.11 g; Błonnik pok.: 30.25 g; Sód: 3012.42 mg;	Wartość energetyczna: 2161.15 kcal; Białko ogółem: 112.95 g; Tłuszcz: 71.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 298.75 g; W tym cukry: 51.70 g; Błonnik pok.: 36.08 g; Sód: 4171.91 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-29 czwartek	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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 Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Płatki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 70 g (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. miesa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. miesa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Twarożek ze słonecznikiem 70 g (<u>MLE.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Śliwka szt 2 szt Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c. 250 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	Barszcz biały z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.</u>) Fasolka po bretońsku 350 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Mix sałat 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 JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Mix sałat 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 ŻYT.</u>) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami# 300 g (<u>SEL, GLU JĘCZ.</u>) Sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Mix sałat z marchewką i olejem 60 g Cukinia pieczona z olejem * 140 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) 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>) Sałatka jarzynowa # 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) 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>) 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>) Sałatka jarzynowa - dieta. 80 g (<u>MLE, SEL.</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>) Sałatka jarzynowa # 80 g (<u>JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Pomidor 25 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
		Wartość energetyczna: 2983.41 kcal; Białko ogółem: 136.21 g; Tłuszcz: 122.68 g; Kw. tł. nasy.: 46.53 g; Węglowodany ogółem: 351.60 g; W tym cukry: 85.86 g; Błonnik pok.: 40.13 g; Sód: 5331.06 mg;	Wartość energetyczna: 2592.47 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; Tłuszcz: 91.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.27 g; Węglowodany ogółem: 326.65 g; W tym cukry: 91.97 g; Błonnik pok.: 28.32 g; Sód: 3354.57 mg;	Wartość energetyczna: 2378.64 kcal; Białko ogółem: 132.77 g; Tłuszcz: 96.23 g; Kw. tł. nasy.: 37.39 g; Węglowodany ogółem: 278.56 g; W tym cukry: 66.84 g; Błonnik pok.: 34.81 g; Sód: 3570.44 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-30 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Rogal maślany 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 maślany 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	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>)
	II ŚN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanaпка z szynką i sałatą (chleb mieszany 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE, GLU ŻYT,</u>)		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanaпка z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, 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 Sałatka 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 # 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 Sałatka z kapusty czerwonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku # 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 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 Sałata 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 Sałata 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 Sałata 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 sałat 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 sałat 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2505.98 kcal; Białko ogółem: 112.98 g; Tłuszcz: 71.90 g; Kw. tł. nasy.: 31.98 g; Węglowodany ogółem: 369.65 g; W tym cukry: 102.69 g; Błonnik pok.: 27.61 g; Sód: 2575.55 mg;	Wartość energetyczna: 2714.89 kcal; Białko ogółem: 112.58 g; Tłuszcz: 78.37 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 401.82 g; W tym cukry: 104.98 g; Błonnik pok.: 23.43 g; Sód: 2508.86 mg;	Wartość energetyczna: 2270.47 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 75.48 g; Kw. tł. nasy.: 31.83 g; Węglowodany ogółem: 311.25 g; W tym cukry: 47.60 g; Błonnik pok.: 36.06 g; Sód: 3384.91 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-10-31 sobota	Śniadanie	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Schab zapiekany wp. wędzony parzony z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Serek śmietankowy naturalny 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p>
	II ŚN	<p>Pomidor 25 g</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 25 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Serek wiejski ziarnisty 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 25 g</p>
	Obiad	<p>Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Filet z kurczaka pieczony 120 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g</p> <p>Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 120 g</p> <p>Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem 100 g</p> <p>Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Koperkowa z ryżem # 350 ml (<u>MLE, SEL.</u>)</p> <p>Filet z kurczaka gotowany 120 g</p> <p>Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Ziemniaki z koperkiem gotowane 200 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g</p> <p>Buraczki gotowane z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Pasta z soczewicy czerwonej 60 g</p> <p>Rzodkiew biała 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> <p>Salata lodowa 20 g</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Paszтет drobiowo-wp z warzywami# -dieta 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> <p>Salata lodowa 20 g</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Pasta z soczewicy czerwonej 60 g</p> <p>Rzodkiew biała 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Salata lodowa 20 g</p>
	PN	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Kanapka z twarożkiem i sałatą (chleb razowy 60g, margaryna 5g, twarożek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2595.88 kcal; Białko ogółem: 134.82 g; Tłuszcz: 87.29 g; Kw. tł. nasy.: 39.02 g; Węglowodany ogółem: 349.34 g; W tym cukry: 92.29 g; Błonnik pok.: 35.64 g; Sód: 4187.15 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2589.77 kcal; Białko ogółem: 137.15 g; Tłuszcz: 88.80 g; Kw. tł. nasy.: 39.85 g; Węglowodany ogółem: 332.35 g; W tym cukry: 92.72 g; Błonnik pok.: 25.88 g; Sód: 3926.97 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2384.19 kcal; Białko ogółem: 140.24 g; Tłuszcz: 87.80 g; Kw. tł. nasy.: 40.41 g; Węglowodany ogółem: 300.10 g; W tym cukry: 61.41 g; Błonnik pok.: 38.17 g; Sód: 3953.29 mg;</p>

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-11-01 niedziela	Śniadanie	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GÓR, S02.</u>) Sałata zielona 20 g Papryka świeża 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JĘCZ.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GÓR, S02.</u>) Banan 150 g Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GÓR, S02.</u>) Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Gruszka 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	Budyń o smaku waniliowym z musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) 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 (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Rosół z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Udko gotowane 1szt. 210 g Ziemniaki gotowane 200 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Brokuł gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GÓR, S02.</u>) Ser mozzarella 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>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GÓR, S02.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Ser mozzarella 60 g (<u>MLE.</u>) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GÓR, S02.</u>) Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	PN	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 (<u>GLU PSZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2916.80 kcal; Białko ogółem: 153.83 g; Tłuszcz: 106.47 g; Kw. tł. nasy.: 36.94 g; Węglowodany ogółem: 358.99 g; W tym cukry: 113.30 g; Błonnik pok.: 29.49 g; Sód: 3350.11 mg;	Wartość energetyczna: 2938.34 kcal; Białko ogółem: 156.33 g; Tłuszcz: 103.09 g; Kw. tł. nasy.: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 360.67 g; W tym cukry: 113.16 g; Błonnik pok.: 21.82 g; Sód: 3055.98 mg;	Wartość energetyczna: 2561.74 kcal; Białko ogółem: 154.17 g; Tłuszcz: 100.50 g; Kw. tł. nasy.: 35.18 g; Węglowodany ogółem: 290.06 g; W tym cukry: 74.85 g; Błonnik pok.: 34.55 g; Sód: 3284.35 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-11-02 poniedziałek	Śniadanie	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Paszтет drobiowo-wp z warzywami # 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>)</p> <p>Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Śliwka szt 2 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW,</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Paszтет drobiowo-wp z warzywami #-dieta 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>)</p> <p>Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p> <p>Salata zielona 20 g</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Paszтет drobiowo-wp z warzywami # 60 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL,</u>)</p> <p>Serek twarogowy homogenizowany z bazylią 60 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Ogórek kiszony 80 g</p> <p>Śliwka szt 2 szt</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE,</u>)</p>
	II ŚN	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)</p>		<p>Kisiel o smaku truskawkowym z jabłkiem b/c 200 ml (<u>może zawierać: GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	Obiad	<p>Kapuśniak z kapusty kiszzonej #. 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR,</u>)</p> <p>Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Mus z jabłek () b/c 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)</p> <p>Ryż na mleku obiad 300 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Sos jogurtowo-truskawkowy*. 100 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Mus z jabłek () b/c 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Wielowarzywna z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>)</p> <p>Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 120 g</p> <p>Sos szpinakowy* 100 ml (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Ryż na sypko (brązowy) 200 g</p> <p>Fasolka szparagowa z wody z olejem* 100 g</p> <p>Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Twarożek z papryką 70 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ,</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>)</p> <p>Twarożek z papryką 70 g (<u>MLE,</u>)</p> <p>Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	PN	<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Mus owocowy mango, jabłko 100g 1 szt</p> <p>Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g</p>		<p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU ŻYT, GLU OW, GLU JĘCZ,</u>)</p>
		<p>Wartość energetyczna: 2537.94 kcal; Białko ogółem: 94.29 g; Tłuszcz: 72.14 g; Kw. tł. nasy.: 32.69 g; Węglowodany ogółem: 401.68 g; W tym cukry: 106.11 g; Błonnik pok.: 32.51 g; Sód: 3183.28 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2542.79 kcal; Białko ogółem: 94.92 g; Tłuszcz: 64.09 g; Kw. tł. nasy.: 30.76 g; Węglowodany ogółem: 413.22 g; W tym cukry: 113.80 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sód: 1977.01 mg;</p>	<p>Wartość energetyczna: 2253.85 kcal; Białko ogółem: 120.96 g; Tłuszcz: 77.82 g; Kw. tł. nasy.: 32.05 g; Węglowodany ogółem: 296.94 g; W tym cukry: 45.21 g; Błonnik pok.: 37.92 g; Sód: 3503.95 mg;</p>

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-11-03 wtorek	Śniadanie	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Parówki drobiowe z cielęciną homogenizowane, wędzone, parzone 80 g Ketchup saszetka 20g 1 szt Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Makaron drobny na mleku 300 ml (<u>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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Pomidor 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	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>) Twarożek 60 g (<u>MLE.</u>) Ogórek kiszony 80 g Śliwka 120 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus z truskawek* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Mus z truskawek* b/c 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Mus z truskawek* b/c 50 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	Obiad	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Solferino # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JĘCZ.</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Buraczki gotowane z olejem 100 g Kompot owocowy* z/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Pieczeń rzymska wieprzowa 120 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>) Sos ziołowy 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Kasza gryczana 200 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki z olejem 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(łosos). 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) 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 (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(łosos). 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Mix sałat 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Pasta z twarogu i ryby got.(łosos). 60 g (<u>RYB, MLE.</u>) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (<u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.</u>) Pomidor 80 g Mix sałat 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Kanapka z twaróżkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Kanapka z twaróżkiem i sałatą (bułka pszenna 45g, margaryna 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	Kanapka z twaróżkiem i sałatą (bułka graham 50g, margaryna 5g, twarózek 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
		Wartość energetyczna: 2993.03 kcal; Białko ogółem: 145.26 g; Tłuszcz: 89.30 g; Kw. tł. nasy.: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 414.98 g; W tym cukry: 98.26 g; Błonnik pok.: 36.63 g; Sód: 4115.66 mg;	Wartość energetyczna: 2761.61 kcal; Białko ogółem: 136.74 g; Tłuszcz: 76.92 g; Kw. tł. nasy.: 34.93 g; Węglowodany ogółem: 397.32 g; W tym cukry: 101.27 g; Błonnik pok.: 26.07 g; Sód: 2853.60 mg;	Wartość energetyczna: 2524.01 kcal; Białko ogółem: 142.45 g; Tłuszcz: 84.40 g; Kw. tł. nasy.: 34.90 g; Węglowodany ogółem: 333.27 g; W tym cukry: 52.64 g; Błonnik pok.: 40.44 g; Sód: 3615.75 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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>) 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	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>)
	II ŚN	Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Budyń o smaku waniliowym z musem jabłkowym b/c 200 ml (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	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 Dynia 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 Dynia 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>) Dynia 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>) Paszтет 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>) Paszтет 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	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Paszтет 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
	PN	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	Kanapka z szynką i sałata (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: 2611.91 kcal; Białko ogółem: 118.75 g; Tłuszcz: 80.52 g; Kw. tł. nasy.: 32.31 g; Węglowodany ogółem: 374.26 g; W tym cukry: 103.83 g; Błonnik pok.: 30.28 g; Sód: 3498.93 mg;	Wartość energetyczna: 2644.89 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 79.77 g; Kw. tł. nasy.: 32.06 g; Węglowodany ogółem: 374.61 g; W tym cukry: 106.70 g; Błonnik pok.: 26.80 g; Sód: 2629.51 mg;	Wartość energetyczna: 2370.72 kcal; Białko ogółem: 123.91 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kw. tł. nasy.: 33.77 g; Węglowodany ogółem: 317.95 g; W tym cukry: 70.60 g; Błonnik pok.: 35.41 g; Sód: 3823.57 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-11-05 czwartek	Śniadanie	<p>Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>)</p> <p>Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU JECZ.</u>)</p> <p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>)</p> <p>Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Banan 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka, wędzona, parzona 50 g (<u>SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.</u>)</p> <p>Serek homo z natką pietruszki 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Papryka świeża 80 g</p> <p>Mix sałat 20 g</p> <p>Jabłko 150 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)</p>
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c. 250 ml (<u>MLE.</u>)		
	Obiad	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Schab pieczony w rękawie 120 g</p> <p>Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Schab pieczony w rękawie 120 g</p> <p>Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Marchew gotowana z olejem 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Barszcz czerwony z ziemniakami # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL.</u>)</p> <p>Schab pieczony w rękawie 120 g</p> <p>Sos własny 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>)</p> <p>Makaron pełnoziarnisty 200 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Surówka wielowarzywna z olejem b/c 100 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Brokuł gotowany z olejem* 100 g</p> <p>Kompot owocowy* b/c 250 ml</p>
	Kolacja	<p>Chleb mieszany pszenno-żytni 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p> <p>Cukier 5g (saszetka) 1 szt</p>	<p>Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>)</p> <p>Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pasta z ciecierzycy i warzyw # 60 g (<u>SEL.</u>)</p> <p>Twaróg półtłusty 60 g (<u>MLE.</u>)</p> <p>Pomidor 80 g</p> <p>Salata zielona 20 g</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
	PN	<p>Drożdżówka mini 50g 50 g (<u>GLU PSZ, JAJ, MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Biszkopty b/c 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>	<p>Kanapka z szynką i sałatą (chleb razowy 60g, masło 5g, szynka 25g, sałata 5g) 1 szt (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)</p> <p>Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml</p>
		Wartość energetyczna: 2722.59 kcal; Białko ogółem: 136.21 g; Tłuszcz: 76.49 g; Kw. tł. nasy.: 31.23 g; Węglowodany ogółem: 388.08 g; W tym cukry: 101.70 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sód: 3060.51 mg;	Wartość energetyczna: 2581.55 kcal; Białko ogółem: 138.93 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kw. tł. nasy.: 30.91 g; Węglowodany ogółem: 369.43 g; W tym cukry: 96.57 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sód: 2748.74 mg;	Wartość energetyczna: 2390.58 kcal; Białko ogółem: 139.92 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 31.11 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; W tym cukry: 60.96 g; Błonnik pok.: 42.46 g; Sód: 3156.15 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-11-06 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb Graham 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Śliwka szt 2 szt Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Zacierka na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Dżem 60 g Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Chleb Graham 100 g (<u>GLU PSZ.</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE.</u>) Serek twarogowy homogenizowany 60 g (<u>MLE.</u>) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Śliwka szt 2 szt Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)
	II ŚN	Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Galaretko o smaku truskawkowym z owocami 200 g	Kefir 2 % tł 200g 1 szt (<u>MLE.</u>) Mus z jabłek () b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	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 z olejem * 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>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 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
	PN	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 NFC -100% tłoczony 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 30 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>)	Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ.</u>)
		Wartość energetyczna: 2569.94 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 76.62 g; Kw. tł. nasy.: 27.59 g; Węglowodany ogółem: 389.37 g; W tym cukry: 113.20 g; Błonnik pok.: 28.52 g; Sód: 2767.11 mg;	Wartość energetyczna: 2445.00 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 59.90 g; Kw. tł. nasy.: 26.33 g; Węglowodany ogółem: 378.56 g; W tym cukry: 119.54 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sód: 2182.10 mg;	Wartość energetyczna: 2020.69 kcal; Białko ogółem: 114.38 g; Tłuszcz: 67.15 g; Kw. tł. nasy.: 27.91 g; Węglowodany ogółem: 271.74 g; W tym cukry: 69.66 g; Błonnik pok.: 33.01 g; Sód: 3116.46 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
2026-11-07 sobota	Śniadanie	Płatki 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, S02.) Serek Fromage 60 g (GLU PSZ, MLE.) Ogórek kiszony 80 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka z liściem wieprzowa z dodatkiem wody i białek mleka,wędzona,parzona 50 g (SOJ, GLU OW, może zawierać: MLE, GOR, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Banan 150 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Sałata zielona 20 g	Kefir 2 % tł200g 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, S02.) Twaróg półtłusty 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 80 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 20 g
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Mus z truskawek* b/c 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		
	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.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Marchew gotowana z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Selerowa z ziemniakami # 350 ml (MLE, SEL.) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami. 150 g (GLU PSZ, SEL.) Kasza jęczmienna/sypko 200 g (GLU JECZ.) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Ser mozzarella 60 g (MLE.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Pomidor 80 g	Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (MLE.) Szynka Premium konserwowa, wieprzowa, parzona z poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt Ser mozzarella 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 poł. kaw. mięsa 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: JAJ, MLE, SEL, GOR, S02.) Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Ser mozzarella 60 g (MLE.) Pomidor 80 g
	PN	Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.) Pomidor 25 g		
		Wartość energetyczna: 2578.15 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 92.26 g; Kw. tł. nasy.: 41.15 g; Węglowodany ogółem: 337.34 g; W tym cukry: 93.33 g; Błonnik pok.: 33.56 g; Sód: 3902.80 mg;	Wartość energetyczna: 2519.07 kcal; Białko ogółem: 131.65 g; Tłuszcz: 75.19 g; Kw. tł. nasy.: 27.71 g; Węglowodany ogółem: 348.36 g; W tym cukry: 100.59 g; Błonnik pok.: 29.84 g; Sód: 2832.20 mg;	Wartość energetyczna: 2150.08 kcal; Białko ogółem: 126.79 g; Tłuszcz: 74.52 g; Kw. tł. nasy.: 26.80 g; Węglowodany ogółem: 275.00 g; W tym cukry: 60.06 g; Błonnik pok.: 35.59 g; Sód: 3393.08 mg;

		BB - BCO WYS C01 Podstawowa	BB - BCO WYS C02 Łatwostrawna	BB - BCO WYS C03 Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
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>) Jabłko 150 g Papryka świeża 80 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Kasza manna na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE,</u>) Bułka pszenna długa krojona 100 g (<u>GLU PSZ,</u>) Masło porcjowane 15g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE,</u>) Szynka Drobiowa, parzona, z dodatkiem białka wieprzowego 50 g (<u>MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR,</u>) Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ,</u>) Pomidor 80 g Sałata zielona 20 g Jabłko 150 g Herbata czarna ekspresowa z/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	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>)
	II ŚN	Budyń o smaku śmietankowym i musem truskawkowym b/c 200 ml (<u>MLE,</u>) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml		Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Budyń o smaku śmietankowym i musem truskawkowym b/c 200 ml (<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>) 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>) Schab pieczony w jarzynach 120 g (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Sos własny () 100 ml (<u>GLU PSZ, SEL,</u>) Ziemniaki gotowane 200 g Bukiet warzyw gotowanych królewski z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy* b/c 250 ml Cukier 5g (saszetka) 1 szt	Pomidorowa z makaronem # 350 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u>) 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
	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 JĘCZ,</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 JĘCZ,</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 JĘCZ,</u>) Sałata zielona 20 g Pomidor 80 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PZ	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	Chleb Graham 30 g (<u>GLU PSZ,</u>) Sok wielowarzywny pasteryzowany 0,33l 1 szt
		Wartość energetyczna: 2674.77 kcal; Białko ogółem: 120.94 g; Tłuszcz: 79.95 g; Kw. tł. nasy.: 32.71 g; Węglowodany ogółem: 391.31 g; W tym cukry: 114.80 g; Błonnik pok.: 32.01 g; Sód: 3244.54 mg;	Wartość energetyczna: 2516.90 kcal; Białko ogółem: 117.83 g; Tłuszcz: 68.64 g; Kw. tł. nasy.: 31.39 g; Węglowodany ogółem: 371.21 g; W tym cukry: 113.83 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sód: 2851.88 mg;	Wartość energetyczna: 2221.66 kcal; Białko ogółem: 119.11 g; Tłuszcz: 67.31 g; Kw. tł. nasy.: 30.39 g; Węglowodany ogółem: 314.04 g; W tym cukry: 85.32 g; Błonnik pok.: 37.58 g; Sód: 2934.14 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,