

	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Platki owsiane na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Platki owsiane na mleku 150 ml (MLE, GLU OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU OW.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE.) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
II ŚN	Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)		Wafle ryżowe 30 g Kisiel o smaku truskawkowym z/c 200 ml	Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Ciasto drożdżowe b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE.) Pasta z soczewicy czerwonej 50 g Słupki z marchewki 20 g	Ciasto drożdżowe 30 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SO2.) Mleko Smakowe UHT 1,5% tł 0,2l 1 szt (MLE.)	
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami (bez mleka) * 300 ml (GLU PSZ, SEL, GLU ŻYT.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 300 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (SEL.) Schab gotowany 80 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana * 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami* 100 g (SEL, GLU JECZ.) Sos pomidorowy 80 ml (GLU PSZ.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Fasolka po bretońsku 200 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sałatka szwedzka z olejem b/c 150 g (GOR.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
PD					Mandarynka 150 g Wafle ryżowe 30 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE.) Szynkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 20 g		Wafle ryżowe 30 g Mandarynka 150 g
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Sałatka jarzynowa z olejem* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Tofu 100 g (SOJ.) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 200 ml
PN	Mandarynka 150 g				Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 20 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g	Mandarynka 150 g	Ryż z jabłkiem prażonym i cynamonem 200 g Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2133.67 kcal; Białko ogółem: 83.71 g; Tłuszcz: 65.68 g; Kw. tł. nasy.: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 312.68 g; W tym cukry: 44.90 g; Błonnik pok.: 27.37 g; Sól: 10.30 g;	Wartość energetyczna: 2088.37 kcal; Białko ogółem: 93.64 g; Tłuszcz: 63.01 g; Kw. tł. nasy.: 19.29 g; Węglowodany ogółem: 298.87 g; W tym cukry: 48.72 g; Błonnik pok.: 26.57 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2185.01 kcal; Białko ogółem: 87.84 g; Tłuszcz: 65.80 g; Kw. tł. nasy.: 14.28 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; W tym cukry: 60.74 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sól: 9.35 g;	Wartość energetyczna: 2072.38 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 65.07 g; Kw. tł. nasy.: 18.90 g; Węglowodany ogółem: 279.31 g; W tym cukry: 41.77 g; Błonnik pok.: 23.99 g; Sól: 4.56 g;	Wartość energetyczna: 2673.34 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 78.63 g; Kw. tł. nasy.: 25.36 g; Węglowodany ogółem: 380.49 g; W tym cukry: 48.92 g; Błonnik pok.: 31.28 g; Sól: 13.08 g;	Wartość energetyczna: 1276.76 kcal; Białko ogółem: 52.93 g; Tłuszcz: 38.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.61 g; Węglowodany ogółem: 187.06 g; W tym cukry: 36.06 g; Błonnik pok.: 16.20 g; Sól: 3.23 g;	Wartość energetyczna: 2769.50 kcal; Białko ogółem: 116.32 g; Tłuszcz: 81.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.15 g; Węglowodany ogółem: 401.75 g; W tym cukry: 57.62 g; Błonnik pok.: 29.56 g; Sól: 12.78 g;

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-02-20 piątek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na napoju sojowym 300 ml (GLUPSZ, SOJ,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE,) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Rzodkiew biała plastry 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza manna na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE,) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twaróg półtłusty 50 g (MLE,) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twaróg półtłusty 100 g (MLE,) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 150 g		Galaretką o smaku truskawkowym 200 g Jabłko 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 150 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE,) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Sałata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE,) Jabłko 150 g	
	Obiad	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 150 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL,) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (SEL,) Pulpet rybny (Miruna) (bez glutenu) 80 g (JAJ, RYB,) Sos cytrynowy (bez glutenu) 80 ml (MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Pulpet rybny (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,) Sos cytrynowy 80 ml (GLUPSZ, MLE,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL,) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Szpinakowa z zacierką * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Kotlet z ryby (Miruna) 80 g (GLUPSZ, JAJ, RYB,) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty czerwonej z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD	Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE,) Ser żółty 20 g (MLE,) Sałata zielona 10 g	Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta (bez mleka) 100 g (JAJ,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 80 g (GLUPSZ,) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 50 g (JAJ, MLE,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT,) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLUPSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,) Pasta z jaj z natką pietruszki - dieta 100 g (JAJ, MLE,) Pomidor 70 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)		Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g		Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT,) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kostka 5 g (MLE,) Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR,) Sałata zielona 10 g	Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	Kłuski śląskie* 200 g (JAJ,) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE,)
		Wartość energetyczna: 2066.46 kcal; Białko ogółem: 92.26 g; Tłuszcz: 64.70 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 285.87 g; W tym cukry: 51.01 g; Błonnik pok.: 22.01 g; Sól: 6.74 g;	Wartość energetyczna: 1978.43 kcal; Białko ogółem: 93.31 g; Tłuszcz: 61.92 g; Kw. tł. nasy.: 17.98 g; Węglowodany ogółem: 271.39 g; W tym cukry: 50.68 g; Błonnik pok.: 21.61 g; Sól: 5.66 g;	Wartość energetyczna: 2207.04 kcal; Białko ogółem: 89.87 g; Tłuszcz: 74.03 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 301.25 g; W tym cukry: 30.84 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 1930.08 kcal; Białko ogółem: 79.57 g; Tłuszcz: 61.37 g; Kw. tł. nasy.: 15.95 g; Węglowodany ogółem: 270.56 g; W tym cukry: 46.02 g; Błonnik pok.: 26.28 g; Sól: 2.77 g;	Wartość energetyczna: 2605.69 kcal; Białko ogółem: 110.10 g; Tłuszcz: 82.04 g; Kw. tł. nasy.: 26.77 g; Węglowodany ogółem: 347.22 g; W tym cukry: 63.77 g; Błonnik pok.: 25.73 g; Sól: 9.98 g;	Wartość energetyczna: 1420.96 kcal; Białko ogółem: 66.52 g; Tłuszcz: 43.81 g; Kw. tł. nasy.: 9.99 g; Węglowodany ogółem: 197.16 g; W tym cukry: 39.60 g; Błonnik pok.: 15.16 g; Sól: 3.59 g;	Wartość energetyczna: 2833.50 kcal; Białko ogółem: 122.87 g; Tłuszcz: 88.79 g; Kw. tł. nasy.: 26.46 g; Węglowodany ogółem: 393.34 g; W tym cukry: 84.06 g; Błonnik pok.: 25.87 g; Sól: 10.44 g;

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-02-21 sobota	Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na napoju sojowym 300 ml (SOJ, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Ogórek kiszony 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki jęczmienne na mleku 150 ml (MLE, GLU JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr, produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)		Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.) Chrupki kukurydziane 20 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE.) Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek z ziołami 50 g (MLE.) Rzodkiew biała plastry 20 g	Koktajl truskawkowy* 100 ml (MLE.) Biszkopty b/ml 20 g (GLU PSZ, JAJ.)	Koktajl truskawkowy* 200 ml (MLE.) Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)
	Obiad	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami (bez glutenu) 120 g (SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 150 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Koperkowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL.) Gulasz wieprzowy z warzywami 120 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Mandarynka 150 g Chrupki kukurydziane 20 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 20 g		Ciastka różne 30 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Banan 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 100 g (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 100 g (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 100 g (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z soczewicy * 100 g (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Paszтет z soczewicy * 100 g (JAJ.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g
	PN	Banan 150 g				Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka gotowana wieprzowa wędzona parzona, zawiera wodę dodaną, w siatce niejadalnej 20 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, GLU OW.) Sałata zielona 10 g	Banan 150 g	Naleśniki z serem 200 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.) Śmietana 18 % tł 30 g (MLE.)
		Wartość energetyczna: 2289.37 kcal; Białko ogółem: 89.44 g; Tłuszcz: 66.37 g; Kw. tł. nasy.: 17.44 g; Węglowodany ogółem: 345.92 g; W tym cukry: 77.20 g; Błonnik pok.: 27.59 g; Sól: 8.71 g;	Wartość energetyczna: 1966.78 kcal; Białko ogółem: 85.93 g; Tłuszcz: 52.09 g; Kw. tł. nasy.: 17.04 g; Węglowodany ogółem: 301.22 g; W tym cukry: 77.55 g; Błonnik pok.: 24.19 g; Sól: 7.96 g;	Wartość energetyczna: 2200.15 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 62.91 g; Kw. tł. nasy.: 13.70 g; Węglowodany ogółem: 337.27 g; W tym cukry: 63.68 g; Błonnik pok.: 27.76 g; Sól: 8.87 g;	Wartość energetyczna: 2390.48 kcal; Białko ogółem: 82.07 g; Tłuszcz: 87.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 329.26 g; W tym cukry: 76.19 g; Błonnik pok.: 31.70 g; Sól: 4.69 g;	Wartość energetyczna: 2671.29 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 83.13 g; Kw. tł. nasy.: 23.60 g; Węglowodany ogółem: 379.14 g; W tym cukry: 56.58 g; Błonnik pok.: 33.22 g; Sól: 11.53 g;	Wartość energetyczna: 1291.94 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz: 37.93 g; Kw. tł. nasy.: 10.24 g; Węglowodany ogółem: 187.89 g; W tym cukry: 59.05 g; Błonnik pok.: 15.71 g; Sól: 4.06 g;	Wartość energetyczna: 3183.68 kcal; Białko ogółem: 140.74 g; Tłuszcz: 102.37 g; Kw. tł. nasy.: 33.19 g; Węglowodany ogółem: 436.79 g; W tym cukry: 102.33 g; Błonnik pok.: 29.16 g; Sól: 11.23 g;

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza	
2026-02-22 niedziela	Śniadanie	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z napojem sojowym b/c 250 ml (SOJ.)	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Rzodkiew biała plastry 70 g Sałata zielona 10 g Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE.)	
	II ŚN	Galaretką jogurtową o smaku cytrynowym 200 g (MLE.) Wafle ryżowe 30 g		Galaretką o smaku cytrynowym 200 g Wafle ryżowe 30 g	Galaretką jogurtową o smaku cytrynowym 200 g (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	Galaretką jogurtową o smaku cytrynowym 200 g (MLE.) Wafle ryżowe 30 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 20 g	Galaretką jogurtową o smaku cytrynowym 100 g (MLE.) Wafle ryżowe 20 g	Galaretką jogurtową o smaku cytrynowym 200 g (MLE.) Wafle ryżowe 30 g	
	Obiad	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 150 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Rosół z makaronem * 300 ml (GLU PSZ, SEL.) udziec z kurczaka pieczony z/k z/s 150 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Jabłko 150 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g		Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JĘCZ.) Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLUPSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 30 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (MLE.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 50 g (MLE.) Dżem 20 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE.) Dżem 30 g Szynka Ojca Grzegorza wieprzowa wędzona 60 g (SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
PN	Jabłko 150 g					Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Kasza jęczmianna z warzywami 150 g (GLU JĘCZ.)	
		Wartość energetyczna: 2188.62 kcal; Białko ogółem: 108.95 g; Tłuszcz: 77.33 g; Kw. tł. nasy.: 30.45 g; Węglowodany ogółem: 271.89 g; W tym cukry: 39.14 g; Błonnik pok.: 20.40 g; Sól: 8.58 g;	Wartość energetyczna: 2059.12 kcal; Białko ogółem: 112.90 g; Tłuszcz: 59.19 g; Kw. tł. nasy.: 20.69 g; Węglowodany ogółem: 276.02 g; W tym cukry: 54.38 g; Błonnik pok.: 20.04 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 1982.90 kcal; Białko ogółem: 108.14 g; Tłuszcz: 58.89 g; Kw. tł. nasy.: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 260.97 g; W tym cukry: 26.54 g; Błonnik pok.: 21.40 g; Sól: 7.42 g;	Wartość energetyczna: 2196.76 kcal; Białko ogółem: 103.37 g; Tłuszcz: 83.51 g; Kw. tł. nasy.: 30.06 g; Węglowodany ogółem: 263.73 g; W tym cukry: 38.39 g; Błonnik pok.: 25.80 g; Sól: 3.53 g;	Wartość energetyczna: 2700.48 kcal; Białko ogółem: 129.67 g; Tłuszcz: 95.53 g; Kw. tł. nasy.: 36.13 g; Węglowodany ogółem: 336.25 g; W tym cukry: 41.02 g; Błonnik pok.: 23.59 g; Sól: 11.87 g;	Wartość energetyczna: 1440.98 kcal; Białko ogółem: 84.35 g; Tłuszcz: 48.34 g; Kw. tł. nasy.: 15.00 g; Węglowodany ogółem: 172.21 g; W tym cukry: 45.52 g; Błonnik pok.: 13.49 g; Sól: 3.49 g;	Wartość energetyczna: 2531.65 kcal; Białko ogółem: 134.08 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kw. tł. nasy.: 23.50 g; Węglowodany ogółem: 341.36 g; W tym cukry: 55.05 g; Błonnik pok.: 26.56 g; Sól: 9.52 g;	

2026-02-23 poniedziałek								
	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza	
Śniadanie	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na napoju sojowym 300 ml (<u>SOJ, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (<u>SOJ.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (<u>MLE,</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Platki owsiane na mleku 150 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 30 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Platki owsiane na mleku 300 ml (<u>MLE, GLU OW.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Serek Fromage 100 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	
	II ŚN	Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Deser sojowy o smaku waniliowym z wapniem i witaminami 125g 1 szt (<u>SOJ.</u>)	Chrupki kukurydziane 20 g Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Papryka świeża 20 g	Podplomyki b/c 20 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	Podplomyki b/c 30 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Serek homo naturalny 150g 1 szt (<u>MLE.</u>)	
	Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet miesno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy (bez mleka)* 80 ml (<u>GLU PSZ.</u>) Ryz na sypko 150 g Surówka żydowska z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (<u>SEL.</u>) Ryz z jabłkiem prażonym 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Pulpet miesno-warzywny* (wieprzowy) 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ, SEL.</u>) Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE.</u>) Ryz na sypko (brązowy) 150 g Surówka żydowska z olejem b/c 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 150 ml (<u>GLU PSZ, SEL.</u>) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 150 g Sos jogurtowy naturalny 50 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kapuśniak z kapusty kiszzonej * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL, GOR.</u>) Ryz z jabłkiem prażonym i cynamonem 300 g Sos jogurtowy naturalny 100 g (<u>MLE.</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Pomarańcza 1 szt. 1 szt Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u>) Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g		Pomarańcza 1 szt. 1 szt Krakersy 30 g (<u>GLU PSZ, JAJ, GLU JECZ.</u>)	
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z brokułem kukurydzą i jajkiem 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z brokułem pomidorkami koktajlowymi i jajkiem 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z brokułem kukurydzą i jajkiem (bez mleka) 150 g (<u>JAJ.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEŻ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z brokułem kukurydzą i jajkiem 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z brokułem kukurydzą i jajkiem 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ.</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z brokułem pomidorkami koktajlowymi i jajkiem 100 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z brokułem kukurydzą i jajkiem 150 g (<u>JAJ, MLE.</u>) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Pomarańcza 1 szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka rodzinna-wędzonka wieprzowa, wędzona, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Kasza manna z syropem o smaku malinowym 200 g (<u>GLU PSZ, MLE.</u>)	
Wartość energetyczna: 2092.29 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 54.61 g; Kw. tł. nasy.: 16.18 g; Węglowodany ogółem: 326.41 g; W tym cukry: 60.61 g; Błonnik pok.: 18.83 g; Sól: 8.03 g;								
Wartość energetyczna: 1975.09 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 47.16 g; Kw. tł. nasy.: 14.55 g; Węglowodany ogółem: 316.00 g; W tym cukry: 60.84 g; Błonnik pok.: 19.31 g; Sól: 5.92 g;								
Wartość energetyczna: 2238.65 kcal; Białko ogółem: 79.78 g; Tłuszcz: 85.36 g; Kw. tł. nasy.: 16.25 g; Węglowodany ogółem: 297.38 g; W tym cukry: 47.17 g; Błonnik pok.: 26.27 g; Sól: 9.06 g;								
Wartość energetyczna: 1997.54 kcal; Białko ogółem: 76.00 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 309.17 g; W tym cukry: 59.15 g; Błonnik pok.: 23.04 g; Sól: 1.86 g;								
Wartość energetyczna: 2651.81 kcal; Białko ogółem: 113.12 g; Tłuszcz: 88.86 g; Kw. tł. nasy.: 22.34 g; Węglowodany ogółem: 356.41 g; W tym cukry: 49.32 g; Błonnik pok.: 28.06 g; Sól: 13.31 g;								
Wartość energetyczna: 1235.22 kcal; Białko ogółem: 53.79 g; Tłuszcz: 31.94 g; Kw. tł. nasy.: 7.51 g; Węglowodany ogółem: 189.09 g; W tym cukry: 44.37 g; Błonnik pok.: 12.83 g; Sól: 2.89 g;								
Wartość energetyczna: 2835.58 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 96.66 g; Kw. tł. nasy.: 43.51 g; Węglowodany ogółem: 384.55 g; W tym cukry: 69.59 g; Błonnik pok.: 19.84 g; Sól: 10.51 g;								

	W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza	
2026-02-24 wtorek	Śniadanie	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (<u>SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Makaron na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Makaron na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 100 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Pierś gotowana premium-dr,produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.</u>) Pomidorki koktajlowe 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 150 g		Wafle ryżowe 30 g Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 150 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pasztet sojowy z pomidorami 50 g (<u>SOJ, GOR.</u>) Słupki z marchewki 20 g	Jogurt naturalny 2,5% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 150 g	
	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino (bez glutenu, bez mleka)* 300 ml (<u>SEL</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLUPSZ, SEL</u>) Kotlet mielony wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Solferino * 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL</u>) Pulpet wieprzowy 80 g (<u>GLU PSZ, JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (<u>GLU JECZ</u>) Szpinak gotowany z olejem* 100 g (<u>GLU PSZ</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grochowa z ziemniakami * 300 ml (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Gołąbki z ryżem i wieprzowiną 200 g (<u>JAJ</u>) Sos pomidorowy 80 ml (<u>GLU PSZ</u>) Ziemniaki gotowane 150 g Surówka z rzepy, jabłka i marchewki () 150 g (<u>MLE</u>) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD				Paluszki słone 30 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ</u>) Gruszka 150 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 20 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u>) Sałata zielona 10 g		Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt Paluszki słone 30 g (<u>GLU PSZ, GLU JECZ</u>)	
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 50 g (<u>RYB, SEL</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z makreli wędzonej z warzywami** 100 g (<u>RYB, SEL</u>) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa,wędzona,z wodą dodaną. 60 g (<u>SOJ</u>) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Twarożek z ziołami 50 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g	Mus- Przecier owocowy jabłko-rokitnik 100g (tubka) 1 szt	Pyzy ziemniaczane* 200 g Sos pietruszkowy* 80 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>)	
	Wartość energetyczna: 2353.08 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 76.57 g; Kw. tł. nasy.: 21.62 g; Węglowodany ogółem: 339.29 g; W tym cukry: 77.83 g; Błonnik pok.: 30.43 g; Sól: 10.54 g;	Wartość energetyczna: 1999.30 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 54.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.79 g; Węglowodany ogółem: 295.98 g; W tym cukry: 71.23 g; Błonnik pok.: 23.62 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2514.66 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 89.29 g; Kw. tł. nasy.: 18.34 g; Węglowodany ogółem: 345.98 g; W tym cukry: 64.98 g; Błonnik pok.: 32.65 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 2290.09 kcal; Białko ogółem: 82.06 g; Tłuszcz: 82.23 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; W tym cukry: 78.52 g; Błonnik pok.: 30.65 g; Sól: 5.87 g;	Wartość energetyczna: 2984.97 kcal; Białko ogółem: 114.60 g; Tłuszcz: 112.90 g; Kw. tł. nasy.: 28.42 g; Węglowodany ogółem: 389.32 g; W tym cukry: 60.53 g; Błonnik pok.: 33.58 g; Sól: 14.38 g;	Wartość energetyczna: 1381.46 kcal; Białko ogółem: 65.35 g; Tłuszcz: 40.08 g; Kw. tł. nasy.: 11.41 g; Węglowodany ogółem: 197.53 g; W tym cukry: 61.47 g; Błonnik pok.: 15.28 g; Sól: 3.27 g;	Wartość energetyczna: 3140.72 kcal; Białko ogółem: 116.70 g; Tłuszcz: 107.92 g; Kw. tł. nasy.: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 434.97 g; W tym cukry: 78.58 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 16.71 g;	

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-02-25 środa	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na napoju sojowym 300 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Papryka świeża 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasztet sojowy z pomidorami 90 g (SOJ, GOR.) Papryka świeża 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)		Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Biszkopty b/ml 30 g (GLU PSZ, JAJ.)	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chrupki kukurydziane 20 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ.) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 20 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Ciasto drożdżowe 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SO2.)	
	Obiad	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Dynia duszona z olejem* 150 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy (bez glutenu)* 80 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 150 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Dynia duszona z olejem* 100 g (GLU PSZ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Grysikowa z ziemniakami* 300 ml (GLU PSZ, SEL) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 80 g Sos bazyliowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Ogórek kiszony z cebulką z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Jabłko 150 g Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Ser żółty 20 g (MLE) Sałata zielona 10 g		Podplomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE) Jabłko 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Filet z kurczaka gotowany 60 g Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 50 g (MLE) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z twarogu z natką pietruszki 100 g (MLE) Pierś gotowana premium-dr.produkt grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Jabłko 150 g				Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 20 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g	Jabłko 150 g	Placki ziemniaczane 200 g (GLU PSZ, JAJ) Sos pieczarkowy 80 ml (GLU PSZ, MLE)
		Wartość energetyczna: 1949.95 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 54.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 281.02 g; W tym cukry: 43.61 g; Błonnik pok.: 18.60 g; Sól: 9.46 g;	Wartość energetyczna: 1937.09 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 51.56 g; Kw. tł. nasy.: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 282.25 g; W tym cukry: 46.29 g; Błonnik pok.: 21.62 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 1910.12 kcal; Białko ogółem: 95.59 g; Tłuszcz: 45.82 g; Kw. tł. nasy.: 11.32 g; Węglowodany ogółem: 285.69 g; W tym cukry: 45.93 g; Błonnik pok.: 19.10 g; Sól: 8.05 g;	Wartość energetyczna: 1993.34 kcal; Białko ogółem: 70.94 g; Tłuszcz: 74.05 g; Kw. tł. nasy.: 15.03 g; Węglowodany ogółem: 264.80 g; W tym cukry: 42.63 g; Błonnik pok.: 26.13 g; Sól: 5.49 g;	Wartość energetyczna: 2437.06 kcal; Białko ogółem: 109.47 g; Tłuszcz: 69.22 g; Kw. tł. nasy.: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; W tym cukry: 45.33 g; Błonnik pok.: 18.55 g; Sól: 12.26 g;	Wartość energetyczna: 1297.81 kcal; Białko ogółem: 64.89 g; Tłuszcz: 38.04 g; Kw. tł. nasy.: 9.57 g; Węglowodany ogółem: 178.41 g; W tym cukry: 35.38 g; Błonnik pok.: 14.38 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2563.00 kcal; Białko ogółem: 116.36 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kw. tł. nasy.: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 336.43 g; W tym cukry: 45.03 g; Błonnik pok.: 22.09 g; Sól: 10.97 g;

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-02-26 czwartek	Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na napoju sojowym 300 ml (SOJ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza kukurydziana na mleku 150 ml (MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 30 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (MLE) Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR.) Ogórek kiszony 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Podpiomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE)		Pieczycwo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g Kisiel o smaku wiśniowym z/c 200 ml	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Pieczywo chrupkie kukurydziano ryżowe 30 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Podpiomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ) Słupki z marchewki 20 g	Koktajl truskawkowy* b/c 100 ml (MLE) Podpiomyki b/c 20 g (GLU PSZ, MLE)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE) Podpiomyki b/c 30 g (GLU PSZ, MLE)
	Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Łazanki z kapustą i kielbasą 300 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 150 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka) * 300 ml (SEL) Łopatką wieprzowa pieczona 80 g Sos jarzynowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 150 g (GLU PSZ, SEL) Makaron pełnoziarnisty 150 g (GLU PSZ) Surówka wielowarzywna z olejem b/c 150 g (SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 150 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Sos mięsno-warzywny* (z mięsa wieprzowego) 100 g (GLU PSZ, SEL) Makaron 80 g (GLU PSZ) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL) Łazanki z kapustą i kielbasą 300 g (GLU PSZ, JAJ, SEL, GOR) Brokuł gotowany* 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	
	PD						Mandarynka 150 g Pieczywo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka szkolna- wp. parzona 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE) Pomidor 20 g	Pieczycwo chrupkie ekstrudowane-żytnie 30 g (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ) Mandarynka 150 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy * 100 g (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 100 g (SOJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy * 100 g (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy * 100 g (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy * 100 g (JAJ) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z tofu i marchewki 50 g (SOJ) Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Paszтет z ciecierzycy * 100 g (JAJ) Schab Maryny- wędzonka wieprzowa, parzona z wodą dodaną. 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
PN	Mandarynka 150 g					Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (SOJ) Sałata zielona 10 g	Mandarynka 150 g	Owsianka z jabłkami i cynamonem 250 g (MLE, GLU OW.)
		Wartość energetyczna: 2323.31 kcal; Białko ogółem: 83.59 g; Tłuszcz: 82.13 g; Kw. tł. nasy.: 21.77 g; Węglowodany ogółem: 318.09 g; W tym cukry: 56.31 g; Błonnik pok.: 30.15 g; Sól: 10.09 g;	Wartość energetyczna: 1978.73 kcal; Białko ogółem: 87.06 g; Tłuszcz: 56.11 g; Kw. tł. nasy.: 15.57 g; Węglowodany ogółem: 292.18 g; W tym cukry: 57.56 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 5.94 g;	Wartość energetyczna: 2377.79 kcal; Białko ogółem: 84.10 g; Tłuszcz: 79.47 g; Kw. tł. nasy.: 19.03 g; Węglowodany ogółem: 336.17 g; W tym cukry: 63.65 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sól: 8.92 g;	Wartość energetyczna: 2177.40 kcal; Białko ogółem: 89.67 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kw. tł. nasy.: 18.16 g; Węglowodany ogółem: 291.65 g; W tym cukry: 54.22 g; Błonnik pok.: 33.21 g; Sól: 4.45 g;	Wartość energetyczna: 2780.69 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 92.47 g; Kw. tł. nasy.: 21.97 g; Węglowodany ogółem: 378.92 g; W tym cukry: 59.62 g; Błonnik pok.: 35.44 g; Sól: 12.44 g;	Wartość energetyczna: 1193.10 kcal; Białko ogółem: 51.53 g; Tłuszcz: 35.63 g; Kw. tł. nasy.: 8.22 g; Węglowodany ogółem: 173.97 g; W tym cukry: 40.25 g; Błonnik pok.: 15.55 g; Sól: 2.95 g;	Wartość energetyczna: 2894.55 kcal; Białko ogółem: 120.65 g; Tłuszcz: 95.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.27 g; Węglowodany ogółem: 395.47 g; W tym cukry: 82.02 g; Błonnik pok.: 37.79 g; Sól: 12.66 g;

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-02-27 piątek	Śniadanie	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na napoju sojowym 300 ml (SOJ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 60 g (SOJ) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE) Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Zacierka na mleku 150 ml (GLU PSZ, MLE) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 50 g (MLE) Pomidorki koktajlowe 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Sałata zielona 10 g	Zacierka na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Serek a'la homogenizowany 100 g (MLE) Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 60 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidorki koktajlowe 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)		Sok 100% w kartoniku z rurką 0,2 l 1 szt Wafle ryżowe 30 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Wafle ryżowe 30 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Ciasto drożdżowe b/c 30 g (GLU PSZ, JAJ) Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Płat szynkowy - produkt wieprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 20 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Rzepa biała plastry 20 g	Kakao z mlekiem b/c 250 ml (MLE) Chalka 30 g (GLU PSZ, JAJ, MLE)	
	Obiad	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Warzywa po grecku* 150 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (SEL) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem (bez mleka)* 300 ml (SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 150 ml (MLE, SEL) Ryba pieczona (Miruna) 80 g (RYB) Sos majerankowy * 80 ml (GLU PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 80 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Kalafiorowa z ryżem * 300 ml (MLE, SEL) Ryba smażona (Miruna) 80 g (GLU PSZ, JAJ, RYB) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Surówka żydowska z olejem b/c () 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Pomarańcza 1 szt. 1 szt Wafle ryżowe 30 g Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 20 g Pomidor 20 g		Wafle ryżowe 30 g Pomarańcza 1 szt. 1 szt
	Kolejacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 40 g (GLU PSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta (bez mleka) 100 g (JAJ) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Chleb bezglutenowy 100 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb żytni razowy 60 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 60 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 70 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Rukola 10 g
PN		Pomarańcza 1 szt. 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (GLU ŻYT.) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR.) Sałata zielona 10 g	Pomarańcza 1 szt. 1 szt	Knedle z truskawkami * 200 g (GLU PSZ) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE)
		Wartość energetyczna: 2098.04 kcal; Białko ogółem: 94.06 g; Tłuszcz: 66.55 g; Kw. tł. nasy.: 20.87 g; Węglowodany ogółem: 285.42 g; W tym cukry: 63.24 g; Błonnik pok.: 19.21 g; Sól: 7.67 g;	Wartość energetyczna: 1979.98 kcal; Białko ogółem: 96.80 g; Tłuszcz: 55.11 g; Kw. tł. nasy.: 19.84 g; Węglowodany ogółem: 282.89 g; W tym cukry: 70.46 g; Błonnik pok.: 22.31 g; Sól: 5.52 g;	Wartość energetyczna: 2095.67 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 73.70 g; Kw. tł. nasy.: 13.13 g; Węglowodany ogółem: 285.69 g; W tym cukry: 51.08 g; Błonnik pok.: 22.15 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 1946.62 kcal; Białko ogółem: 82.33 g; Tłuszcz: 62.86 g; Kw. tł. nasy.: 18.47 g; Węglowodany ogółem: 266.34 g; W tym cukry: 58.77 g; Błonnik pok.: 24.50 g; Sól: 3.76 g;	Wartość energetyczna: 2615.86 kcal; Białko ogółem: 111.92 g; Tłuszcz: 79.06 g; Kw. tł. nasy.: 24.26 g; Węglowodany ogółem: 350.58 g; W tym cukry: 62.97 g; Błonnik pok.: 21.49 g; Sól: 10.72 g;	Wartość energetyczna: 1342.00 kcal; Białko ogółem: 68.32 g; Tłuszcz: 38.28 g; Kw. tł. nasy.: 11.98 g; Węglowodany ogółem: 187.29 g; W tym cukry: 57.87 g; Błonnik pok.: 15.66 g; Sól: 3.19 g;	Wartość energetyczna: 2709.59 kcal; Białko ogółem: 124.35 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nasy.: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 388.47 g; W tym cukry: 67.89 g; Błonnik pok.: 20.20 g; Sól: 11.12 g;

		W-wa- ŻiW 1 Podstawowa	W-wa- ŻiW 2 Łatwostrawna	W-wa- ŻiW ML Bezmleczna	W-wa- ŻiW GL Bezglutenowa	W-wa- ŻiW 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- ŻiW Małego dziecka /II rok życia	W-wa- ŻiW Wysokokaloryczna /Odżywcza
2026-02-28 sobota	Śniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Twarożek 100 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na napoju sojowym 300 ml (<u>GLU PSZ, SOJ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Schab gotowany 60 g Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Ryż na mleku 300 ml (<u>MLE</u>) Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 150 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Twarożek 50 g (<u>MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Płatki pszenne na mleku 300 ml (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka z piersi kurczaka-produkt drobiowy, grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej. 60 g (<u>może zawierać: GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Ser żółty 60 g (<u>MLE</u>) Papryka świeża 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	II ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 150 g		Chrupki kukurydziane 20 g Banan 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 150 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Jabłko 150 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>) Banan 150 g	Banan 150 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE</u>)
	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml		Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 300 ml (<u>SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami (bez glutenu)* 120 g (<u>SEL</u>) Ziemniaki z koperkiem gotowane 150 g Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza bulgur 150 g (<u>GLU PSZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 150 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 100 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 80 g (<u>GLU JECZ</u>) Buraczki gotowane b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml	Selerowa z ziemniakami * 300 ml (<u>MLE, SEL</u>) Gulasz z udźca kurczaka z warzywami 120 g (<u>GLU PSZ, SEL</u>) Kasza jęczmienna/sypko 150 g (<u>GLU JECZ</u>) Sałatka z buraczków i jabłka z olejem 150 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 250 ml
	PD					Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną. 20 g (<u>SOJ</u>) Sałata zielona 10 g		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt Chrupki kukurydziane 20 g
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 40 g (<u>GLU PSZ</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 150 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i jajka (bez mleka) 150 g (<u>JAJ</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb bezglutenowy 100 g (<u>SEZ, może zawierać: ORZ.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i jajka 150 g (<u>JAJ, MLE, GOR</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Szynka szkolna- wp. parzona 60 g (<u>GLU PSZ, SOJ, MLE</u>) Pomidor 70 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (<u>GLU PSZ</u>) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz - dieta 100 g (<u>SOJ, MLE, SEL</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u>) Chleb żytni razowy 60 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 10g 1 szt Sałatka z ryżu, brokułów i wędliny drob wieprz 150 g (<u>JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>) Serek a'la homogenizowany 100 g (<u>MLE</u>) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb żytni razowy 30 g (<u>GLU ŻYT.</u>) Margaryna o zawartości 3/4 tł.(60%) kubek 5 g Szynka zielonogórska- wieprzowa parzona z dodatkiem wody z połączonych kawałków mięsa 20 g (<u>SOJ, MLE, SEL, może zawierać: JAJ, GOR</u>) Sałata zielona 10 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Pierogi ukraińskie * 200 g (<u>GLU PSZ, MLE</u>) Śmietana 18 % tł 30 g (<u>MLE</u>)
		Wartość energetyczna: 2245.36 kcal; Białko ogółem: 75.66 g; Tłuszcz: 75.32 g; Kw. tł. nasy.: 25.15 g; Węglowodany ogółem: 329.16 g; W tym cukry: 79.89 g; Błonnik pok.: 25.75 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2021.07 kcal; Białko ogółem: 77.80 g; Tłuszcz: 52.68 g; Kw. tł. nasy.: 15.24 g; Węglowodany ogółem: 322.14 g; W tym cukry: 81.91 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 5.24 g;	Wartość energetyczna: 2170.66 kcal; Białko ogółem: 74.90 g; Tłuszcz: 68.56 g; Kw. tł. nasy.: 13.41 g; Węglowodany ogółem: 324.99 g; W tym cukry: 65.65 g; Błonnik pok.: 27.75 g; Sól: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 2175.89 kcal; Białko ogółem: 62.68 g; Tłuszcz: 80.32 g; Kw. tł. nasy.: 24.47 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; W tym cukry: 77.14 g; Błonnik pok.: 26.45 g; Sól: 3.35 g;	Wartość energetyczna: 2516.31 kcal; Białko ogółem: 102.39 g; Tłuszcz: 87.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.89 g; Węglowodany ogółem: 337.29 g; W tym cukry: 55.17 g; Błonnik pok.: 23.31 g; Sól: 13.97 g;	Wartość energetyczna: 1302.24 kcal; Białko ogółem: 51.74 g; Tłuszcz: 31.54 g; Kw. tł. nasy.: 7.85 g; Węglowodany ogółem: 211.66 g; W tym cukry: 70.31 g; Błonnik pok.: 16.52 g; Sól: 2.85 g;	Wartość energetyczna: 2959.02 kcal; Białko ogółem: 118.61 g; Tłuszcz: 103.44 g; Kw. tł. nasy.: 38.85 g; Węglowodany ogółem: 403.12 g; W tym cukry: 86.78 g; Błonnik pok.: 29.67 g; Sól: 9.24 g;

Oznaczenia alergenów:

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszeniczny,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
OZI - Orzeszki ziemne i pochodne,
SOJ - Soja i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z laktozą,
ORZ - Orzechy: włoskie, laskowe, pekan, nerkowce, pistacje, migdały,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i produkty pochodne,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki / siarczyny,
ŁUB - Łubin i produkty pochodne,
MCK - Mięczaki i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez laktozy,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten jęczmienny,

Oznaczenia wskaźników odż.:

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