

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobud. wyz. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Sniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> ) Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> ) Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> ) Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Bulka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> ) Cukier 15 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> )	Ziemiaczka *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni pelnoziarnisty 100 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni pelnoziarnisty 100 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJC.</u> )
	II ŚN			Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g ( <u>SEL</u> ) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 50 g	Chleb żytni pelnoziarnisty 50 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 50 g	Chleb żytni pelnoziarnisty 50 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g ( <u>SEL</u> ) Pomidor 50 g	
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> )				Chleb żytni pelnoziarnisty 50 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Baton szynkowy z kurczaka 30 g ( <u>GLU PSZ, MLE, GOR.</u> ) Pomidor 50 g		
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Paszlet rybny z warzywami (Losos) ** 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Pomidor 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Paszlet rybny z warzywami (Losos) ** 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Paszlet rybny z warzywami (Losos) ** 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb żytni pelnoziarnisty 100 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 180 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL.</u> ) Papryka świeża 100 g ( <u>SEL</u> ) Salata zielona 10 g ( <u>SEL</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml ( <u>GLU PSZ</u> ) Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Pomidor 50 g	Chleb żytni pelnoziarnisty 50 g ( <u>GLU ŻYT, GLU OW.</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Płat szynkowy - produkt wiewprzowy wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona parzona z dodaną wodą 30 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</u> ) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <u>MLE</u> ) Łopatką zbojnicka wiewprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ</u> ) Rzodkiew biała 50 g
	Wartość energetyczna: 2335.92 kcal; Białko ogółem: 86.05 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.98 g; Węglowodany ogółem: 363.85 g; W tym cukry: 87.22 g; Błonnik pok.: 40.97 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 2214.36 kcal; Białko ogółem: 85.41 g; Tłuszcz: 70.58 g; Kw. tł. nasy.: 27.09 g; Węglowodany ogółem: 332.00 g; W tym cukry: 85.00 g; Błonnik pok.: 31.48 g; Sól: 6.38 g;	Wartość energetyczna: 2218.52 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 69.96 g; Kw. tł. nasy.: 17.57 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; W tym cukry: 85.58 g; Błonnik pok.: 30.63 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2542.37 kcal; Białko ogółem: 103.33 g; Tłuszcz: 79.15 g; Kw. tł. nasy.: 30.30 g; Węglowodany ogółem: 377.06 g; W tym cukry: 97.02 g; Błonnik pok.: 32.43 g; Sól: 9.89 g;	Wartość energetyczna: 2321.03 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 76.73 g; Kw. tł. nasy.: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 351.67 g; W tym cukry: 42.88 g; Błonnik pok.: 48.98 g; Sól: 10.41 g;	Wartość energetyczna: 2176.67 kcal; Białko ogółem: 87.92 g; Tłuszcz: 69.29 g; Kw. tł. nasy.: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 349.90 g; W tym cukry: 29.80 g; Błonnik pok.: 52.00 g; Sól: 9.38 g;	Wartość energetyczna: 2266.05 kcal; Białko ogółem: 97.30 g; Tłuszcz: 73.09 g; Kw. tł. nasy.: 16.10 g; Węglowodany ogółem: 329.22 g; W tym cukry: 44.34 g; Błonnik pok.: 32.60 g; Sól: 10.59 g;	Wartość energetyczna: 2211.75 kcal; Białko ogółem: 107.19 g; Tłuszcz: 63.51 g; Kw. tł. nasy.: 10.84 g; Węglowodany ogółem: 328.16 g; W tym cukry: 55.90 g; Błonnik pok.: 56.55 g; Sól: 11.38 g;	Wartość energetyczna: 2255.75 kcal; Białko ogółem: 120.54 g; Tłuszcz: 71.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 321.67 g; W tym cukry: 55.90 g; Błonnik pok.: 43.02 g; Sól: 8.45 g;	Wartość energetyczna: 2028.94 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 61.22 g; Kw. tł. nasy.: 15.53 g; Węglowodany ogółem: 311.78 g; W tym cukry: 40.69 g; Błonnik pok.: 47.74 g; Sól: 8.71 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzr. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przysw. węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna	
2026-03-31 wtorek	Śniadania	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 100 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Schab Benedyktynski wiewiórzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Jajko gotowane kl M. 2 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Jabłko 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		II/SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Papryka świeża 50 g			
2026-03-31 wtorek	Obiad	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SO2.) Makaron pełnoziarnisty 200 g (GLU PSZ.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Solferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		PD			Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko 150 g		
2026-03-31 wtorek	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (SOJ.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Roszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
		PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Jabłko 150 g Wafle ryżowe 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynek z indyka-produkt blokowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko pieczone 150 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynek z indyka-produkt blokowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	
		Wartość energetyczna: 2171.69 kcal; Białko ogółem: 107.78 g; Tłuszcz: 63.39 g; Kw. tł. nasy.: 26.01 g; Węglowodany ogółem: 320.02 g; W tym cukry: 61.87 g; Błonnik pok.: 34.62 g; Sól: 6.81 g;	Wartość energetyczna: 2254.54 kcal; Białko ogółem: 110.75 g; Tłuszcz: 63.08 g; Kw. tł. nasy.: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 326.73 g; W tym cukry: 62.50 g; Błonnik pok.: 24.61 g; Sól: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 2174.90 kcal; Białko ogółem: 108.47 g; Tłuszcz: 56.36 g; Kw. tł. nasy.: 14.81 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; W tym cukry: 65.50 g; Błonnik pok.: 24.72 g; Sól: 7.51 g;	Wartość energetyczna: 2599.23 kcal; Białko ogółem: 128.87 g; Tłuszcz: 68.94 g; Kw. tł. nasy.: 29.53 g; Węglowodany ogółem: 383.37 g; W tym cukry: 86.40 g; Błonnik pok.: 27.52 g; Sól: 8.91 g;	Wartość energetyczna: 2246.95 kcal; Białko ogółem: 121.55 g; Tłuszcz: 66.92 g; Kw. tł. nasy.: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 327.06 g; W tym cukry: 29.68 g; Błonnik pok.: 42.25 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 2207.32 kcal; Białko ogółem: 120.81 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kw. tł. nasy.: 16.30 g; Węglowodany ogółem: 330.41 g; W tym cukry: 29.68 g; Błonnik pok.: 46.50 g; Sól: 9.94 g;	Wartość energetyczna: 2318.67 kcal; Białko ogółem: 117.54 g; Tłuszcz: 63.45 g; Kw. tł. nasy.: 15.35 g; Węglowodany ogółem: 338.88 g; W tym cukry: 60.07 g; Błonnik pok.: 30.55 g; Sól: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 1981.58 kcal; Białko ogółem: 124.18 g; Tłuszcz: 49.00 g; Kw. tł. nasy.: 10.89 g; Węglowodany ogółem: 283.43 g; W tym cukry: 53.84 g; Błonnik pok.: 48.12 g; Sól: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 1962.14 kcal; Białko ogółem: 103.57 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 14.92 g; Węglowodany ogółem: 292.96 g; W tym cukry: 48.43 g; Błonnik pok.: 38.55 g; Sól: 7.36 g;	Wartość energetyczna: 1512.44 kcal; Białko ogółem: 80.69 g; Tłuszcz: 46.56 g; Kw. tł. nasy.: 11.19 g; Węglowodany ogółem: 221.16 g; W tym cukry: 36.10 g; Błonnik pok.: 32.83 g; Sól: 5.43 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyrdz. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Brokoli gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka zapiekana wieprzowa, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU, OW.) Mandarynka 150 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Tłuszcz do smarowania 59% tł. 10g 1 szt Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Słupki z marchewki 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU, OW.) Jabłko pieczone 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE, GLU, OW.) Mandarynka 150 g		
Obiad	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Ogórek kiszony 50 g			
Kolejnia	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Mandarynka 150 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Mandarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mandarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mandarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Mandarynka 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt				Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynka z zalewy -wędzonka wieprzowa, parzona, zapiekana 30 g Pomidor 50 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2151.18 kcal; Białko ogółem: 90.35 g; Tłuszcz: 65.35 g; Kw. tł. nasy.: 33.86 g; Węglowodany ogółem: 330.31 g; W tym cukry: 80.75 g; Błonnik pok.: 32.17 g; Sól: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2104.82 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 52.01 g; Kw. tł. nasy.: 23.86 g; Węglowodany ogółem: 332.14 g; W tym cukry: 80.30 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2096.42 kcal; Białko ogółem: 94.91 g; Tłuszcz: 51.26 g; Kw. tł. nasy.: 14.35 g; Węglowodany ogółem: 332.59 g; W tym cukry: 80.12 g; Błonnik pok.: 23.97 g; Sól: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2444.20 kcal; Białko ogółem: 115.23 g; Tłuszcz: 61.61 g; Kw. tł. nasy.: 23.34 g; Węglowodany ogółem: 380.63 g; W tym cukry: 103.04 g; Błonnik pok.: 26.48 g; Sól: 8.75 g;	Wartość energetyczna: 2165.03 kcal; Białko ogółem: 103.65 g; Tłuszcz: 74.49 g; Kw. tł. nasy.: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 310.52 g; W tym cukry: 47.69 g; Błonnik pok.: 40.67 g; Sól: 10.44 g;	Wartość energetyczna: 1963.77 kcal; Białko ogółem: 98.87 g; Tłuszcz: 59.59 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; Węglowodany ogółem: 303.48 g; W tym cukry: 31.16 g; Błonnik pok.: 43.12 g; Sól: 11.11 g;	Wartość energetyczna: 2164.05 kcal; Białko ogółem: 103.74 g; Tłuszcz: 56.87 g; Kw. tł. nasy.: 15.08 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; W tym cukry: 54.24 g; Błonnik pok.: 28.16 g; Sól: 8.59 g;	Wartość energetyczna: 2089.56 kcal; Białko ogółem: 112.50 g; Tłuszcz: 50.60 g; Kw. tł. nasy.: 10.31 g; Węglowodany ogółem: 320.00 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 54.34 g; Sól: 11.46 g;	Wartość energetyczna: 1880.65 kcal; Białko ogółem: 90.59 g; Tłuszcz: 54.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.43 g; Węglowodany ogółem: 292.31 g; W tym cukry: 55.59 g; Błonnik pok.: 36.56 g; Sól: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1555.35 kcal; Białko ogółem: 76.32 g; Tłuszcz: 47.20 g; Kw. tł. nasy.: 11.02 g; Węglowodany ogółem: 236.03 g; W tym cukry: 42.80 g; Błonnik pok.: 31.10 g; Sól: 7.09 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzr. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Sniadania	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Paszletki sojowy z pomidorami 100 g (SOJ, GOR) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.) Cukier 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Paszletki sojowy z pomidorami 50 g (SOJ, GOR) Pomidor 50 g	Ziemiaczana *(bez młeka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa gruboziarnista 30 g Pomidor 50 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni pelnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynkowa Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ) Ogórek kiszony 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z młkiem b/c 300 ml (MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.)
	II/ŚN									
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko 180 g Brokol gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez młeka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryz na sytko 180 g Brokol gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz biały z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL, GLU, ŻYT.) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL) Schab gotowany 100 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Sos pomidorowy 80 ml (GLU, PSZ.) Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g (SEL) Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD									
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* 150 g (JAJ, MLE, SEL, GOR) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pelnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 50 g (może zawierać: MLE, GOR) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
	PN									
		Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE)		Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbrójnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ) Pomidor 50 g	Maślanka 150 ml (MLE) Płatki pszenne 10 g (GLU, PSZ.) Jabłko 150 g	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g (JAJ, MLE)	
	Wartość energetyczna: 2492.95 kcal; Białko ogółem: 92.43 g; Tłuszcz: 94.26 g; Kw. tł. nasy.: 30.15 g; Węglowodany ogółem: 338.34 g; W tym cukry: 52.36 g; Błonnik pok.: 44.05 g; Sól: 10.37 g;	Wartość energetyczna: 2248.64 kcal; Białko ogółem: 99.02 g; Tłuszcz: 61.56 g; Kw. tł. nasy.: 26.90 g; Węglowodany ogółem: 334.04 g; W tym cukry: 55.36 g; Błonnik pok.: 30.06 g; Sól: 6.62 g;	Wartość energetyczna: 2234.51 kcal; Białko ogółem: 98.67 g; Tłuszcz: 60.11 g; Kw. tł. nasy.: 17.35 g; Węglowodany ogółem: 334.04 g; W tym cukry: 55.65 g; Błonnik pok.: 29.68 g; Sól: 6.71 g;	Wartość energetyczna: 2417.80 kcal; Białko ogółem: 98.69 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kw. tł. nasy.: 28.95 g; Węglowodany ogółem: 380.93 g; W tym cukry: 70.81 g; Błonnik pok.: 28.72 g; Sól: 10.03 g;	Wartość energetyczna: 2256.72 kcal; Białko ogółem: 100.18 g; Tłuszcz: 75.67 g; Kw. tł. nasy.: 19.02 g; Węglowodany ogółem: 320.63 g; W tym cukry: 45.01 g; Błonnik pok.: 46.83 g; Sól: 10.83 g;	Wartość energetyczna: 2331.42 kcal; Białko ogółem: 94.59 g; Tłuszcz: 80.85 g; Kw. tł. nasy.: 14.16 g; Węglowodany ogółem: 351.74 g; W tym cukry: 25.49 g; Błonnik pok.: 53.07 g; Sól: 11.34 g;	Wartość energetyczna: 2256.86 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 60.64 g; Kw. tł. nasy.: 16.31 g; Węglowodany ogółem: 351.45 g; W tym cukry: 42.67 g; Błonnik pok.: 29.55 g; Sól: 11.08 g;	Wartość energetyczna: 2203.08 kcal; Białko ogółem: 116.29 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kw. tł. nasy.: 11.59 g; Węglowodany ogółem: 330.45 g; W tym cukry: 46.92 g; Błonnik pok.: 58.25 g; Sól: 12.93 g;	Wartość energetyczna: 2189.30 kcal; Białko ogółem: 118.47 g; Tłuszcz: 64.99 g; Kw. tł. nasy.: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 306.06 g; W tym cukry: 46.92 g; Błonnik pok.: 43.33 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 1892.81 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 59.23 g; Kw. tł. nasy.: 26.25 g; Węglowodany ogółem: 251.76 g; W tym cukry: 33.98 g; Błonnik pok.: 37.76 g; Sól: 6.91 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst.pobud.wyrdz.soku żółdkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.latwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl. i z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegetyczna
Szczegółowe	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonec niejadanej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR</u> ) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Ryba pieczona kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ</u> ) Papryka świeża 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko gotowane kl M 1 szt ( <u>JAJ</u> ) Pomidor 100 g Mix салат 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II/5N				Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Słupki z marchewki 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g Słupki z marchewki 50 g		
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem 100 g ( <u>SEL</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD				Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> )			Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE</u> ) Płatki owsiane 10 g ( <u>GLU OW</u> )		
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Jajko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Jajko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Chleb Graham 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Jajko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE</u> ) Pomarańcza 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <u>GLUPSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE</u> ) Jajko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g
	PN		Drożdżówka z serem 50g 1 szt ( <u>GLUPSZ, JAJ, MLE</u> )		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g ( <u>GLU PSZ, MLE</u> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g	Drożdżówka z serem 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g
	Wartość energetyczna: 2284.73 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.61 g; Węglowodany ogółem: 333.12 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 33.14 g; Sól: 6.44 g;	Wartość energetyczna: 2320.42 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 72.71 g; Kw. tł. nasy.: 28.56 g; Węglowodany ogółem: 339.17 g; W tym cukry: 66.53 g; Błonnik pok.: 25.49 g; Sól: 6.45 g;	Wartość energetyczna: 2257.42 kcal; Białko ogółem: 94.93 g; Tłuszcz: 67.37 g; Kw. tł. nasy.: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 337.26 g; W tym cukry: 65.93 g; Błonnik pok.: 28.65 g; Sól: 6.53 g;	Wartość energetyczna: 2558.92 kcal; Białko ogółem: 106.08 g; Tłuszcz: 78.55 g; Kw. tł. nasy.: 28.55 g; Węglowodany ogółem: 378.61 g; W tym cukry: 67.73 g; Błonnik pok.: 31.13 g; Sól: 7.23 g;	Wartość energetyczna: 2192.01 kcal; Białko ogółem: 107.36 g; Tłuszcz: 72.41 g; Kw. tł. nasy.: 17.51 g; Węglowodany ogółem: 332.84 g; W tym cukry: 45.34 g; Błonnik pok.: 46.22 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2196.85 kcal; Białko ogółem: 108.73 g; Tłuszcz: 67.74 g; Kw. tł. nasy.: 18.67 g; Węglowodany ogółem: 333.84 g; W tym cukry: 41.86 g; Błonnik pok.: 47.23 g; Sól: 8.53 g;	Wartość energetyczna: 2243.78 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 65.06 g; Kw. tł. nasy.: 14.53 g; Węglowodany ogółem: 331.74 g; W tym cukry: 40.79 g; Błonnik pok.: 31.09 g; Sól: 9.33 g;	Wartość energetyczna: 2138.24 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 59.31 g; Kw. tł. nasy.: 11.17 g; Węglowodany ogółem: 334.14 g; W tym cukry: 54.40 g; Błonnik pok.: 56.13 g; Sól: 7.72 g;	Wartość energetyczna: 2271.18 kcal; Białko ogółem: 96.12 g; Tłuszcz: 71.22 g; Kw. tł. nasy.: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 347.93 g; W tym cukry: 68.05 g; Błonnik pok.: 44.90 g; Sól: 5.64 g;	Wartość energetyczna: 1661.64 kcal; Białko ogółem: 75.59 g; Tłuszcz: 53.87 g; Kw. tł. nasy.: 24.01 g; Węglowodany ogółem: 253.96 g; W tym cukry: 38.38 g; Błonnik pok.: 36.84 g; Sól: 5.65 g;

Jadłospisy za okres od dnia 2026-03-30 do dnia 2026-04-12 KUCHNIA WARSZAWA WIM SZASERÓW

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst.pobudz.wyrdz.soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.latwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.latwo przys.węgl. i z ogr.łuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.latwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegryczna	
2026-04-04 sobota	Śniadanie	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem z/c 300 ml (MLE.) Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Serek a la homogenizowany z ziarni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
		II SN			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Hummus z ciecierzycy 60 g Papryka świeża 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Hummus z ciecierzycy 60 g Papryka świeża 50 g		
2026-04-04 sobota	Obiad	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Marchew gotowana z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Pasta ryżowa (Mitrana) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB.) Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza bulgur 180 g (GLU PSZ.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL.) Makaron ze szpinakiem i twarogiem* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
		PD		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Piłki owsiane 10 g (GLU OW.) Jabłko 150 g			
2026-04-04 sobota	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Rzodkiew biała plastry 100 g Sałata zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem * 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Rzodkiew biała plastry 100 g Sałata zielona 10 g Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Rzodkiew biała plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Rzodkiew biała plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Rzodkiew biała plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z tofu i brokuła. 100g (SOJ.) Rzodkiew biała plastry 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	
		PN	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE.)	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Twarożek 30 g (MLE.) Sałata zielona 5 g
	Wartość energetyczna: 2678.67 kcal; Białko ogółem: 107.50 g; Tłuszcz: 99.98 g; Kw. tł. nasy.: 37.87 g; Węglowodany ogółem: 375.18 g; W tym cukry: 55.42 g; Błonnik pok.: 42.23 g; Sól: 6.61 g;	Wartość energetyczna: 2459.83 kcal; Białko ogółem: 100.17 g; Tłuszcz: 77.00 g; Kw. tł. nasy.: 31.41 g; Węglowodany ogółem: 360.97 g; W tym cukry: 68.22 g; Błonnik pok.: 26.24 g; Sól: 5.69 g;	Wartość energetyczna: 2335.36 kcal; Białko ogółem: 92.35 g; Tłuszcz: 78.29 g; Kw. tł. nasy.: 19.10 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; W tym cukry: 45.85 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sól: 5.25 g;	Wartość energetyczna: 2772.25 kcal; Białko ogółem: 112.40 g; Tłuszcz: 91.68 g; Kw. tł. nasy.: 35.81 g; Węglowodany ogółem: 399.94 g; W tym cukry: 82.14 g; Błonnik pok.: 30.92 g; Sól: 6.54 g;	Wartość energetyczna: 2494.68 kcal; Białko ogółem: 103.69 g; Tłuszcz: 92.21 g; Kw. tł. nasy.: 19.96 g; Węglowodany ogółem: 360.20 g; W tym cukry: 39.77 g; Błonnik pok.: 51.35 g; Sól: 5.76 g;	Wartość energetyczna: 2203.85 kcal; Białko ogółem: 105.91 g; Tłuszcz: 64.11 g; Kw. tł. nasy.: 13.07 g; Węglowodany ogółem: 350.60 g; W tym cukry: 28.94 g; Błonnik pok.: 52.25 g; Sól: 7.59 g;	Wartość energetyczna: 2380.22 kcal; Białko ogółem: 97.92 g; Tłuszcz: 80.90 g; Kw. tł. nasy.: 19.43 g; Węglowodany ogółem: 337.55 g; W tym cukry: 36.87 g; Błonnik pok.: 28.11 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2261.58 kcal; Białko ogółem: 100.36 g; Tłuszcz: 62.62 g; Kw. tł. nasy.: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 350.64 g; W tym cukry: 67.45 g; Błonnik pok.: 59.50 g; Sól: 8.15 g;	Wartość energetyczna: 2305.91 kcal; Białko ogółem: 92.73 g; Tłuszcz: 82.17 g; Kw. tł. nasy.: 19.58 g; Węglowodany ogółem: 345.00 g; W tym cukry: 42.93 g; Błonnik pok.: 48.07 g; Sól: 5.17 g;	Wartość energetyczna: 1663.25 kcal; Białko ogółem: 63.50 g; Tłuszcz: 56.38 g; Kw. tł. nasy.: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 262.59 g; W tym cukry: 26.42 g; Błonnik pok.: 37.93 g; Sól: 3.78 g;	

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzr. soku żółdkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. węgl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko sadzone kl M 2 szt (JAJ, MLE.) Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ, MLE.) Pomidor 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Ciasto drożdżowe b/c 50 g (GLU PSZ, JAJ)	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szyunkowa debowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Rozspzonka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ)
II SN				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Margaryna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g		Jabłko pieczone 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)	Jabłko 150 g Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU OW.)		
Obiad	Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Kotlet schabowy 100 g (GLU PSZ, JAJ.) Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cwikła z chrzanem b/c 100 g (MLE, SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Żurek z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GLU ŻYT.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Cwikła z chrzanem b/c 100 g (MLE, SOJ.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kasza bułgur 180 g (GLU PSZ.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surowka z kapusty białej z koperkiem i z olejem b/c 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 100 g Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Płat szynkowy - produkt wędzony wędzony parzony z dodaną wodą 30 g (GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Słupki z marchewki 50 g			
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Sałatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko 150g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko 150g	Napój owsiany bez cukru 0,33l 1 szt (GLU OW, może zawierać: SOJ, ORZ.) Wafle ryżowe 30 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Schab Pieczony wędzony, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Schab Pieczony wędzony, parzony, pieczony z wodą dodaną 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2520.91 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 92.80 g; Kw. tł. nasy.: 35.49 g; Węglowodany ogółem: 350.33 g; W tym cukry: 72.48 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sol: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2179.65 kcal; Białko ogółem: 108.74 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 320.98 g; W tym cukry: 64.57 g; Błonnik pok.: 28.76 g; Sol: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 2007.25 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 55.32 g; Kw. tł. nasy.: 18.77 g; Węglowodany ogółem: 286.34 g; W tym cukry: 45.43 g; Błonnik pok.: 22.16 g; Sol: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2373.49 kcal; Białko ogółem: 128.86 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kw. tł. nasy.: 30.04 g; Węglowodany ogółem: 338.11 g; W tym cukry: 70.43 g; Błonnik pok.: 26.08 g; Sol: 9.58 g;	Wartość energetyczna: 2384.76 kcal; Białko ogółem: 121.71 g; Tłuszcz: 67.59 g; Kw. tł. nasy.: 18.42 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; W tym cukry: 53.29 g; Błonnik pok.: 41.72 g; Sol: 7.75 g;	Wartość energetyczna: 2110.88 kcal; Białko ogółem: 106.83 g; Tłuszcz: 57.34 g; Kw. tł. nasy.: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 332.46 g; W tym cukry: 40.49 g; Błonnik pok.: 41.69 g; Sol: 8.24 g;	Wartość energetyczna: 2197.88 kcal; Białko ogółem: 116.76 g; Tłuszcz: 60.14 g; Kw. tł. nasy.: 17.93 g; Węglowodany ogółem: 320.42 g; W tym cukry: 47.39 g; Błonnik pok.: 27.93 g; Sol: 9.52 g;	Wartość energetyczna: 2079.16 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 288.42 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sol: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 2092.33 kcal; Białko ogółem: 113.54 g; Tłuszcz: 67.79 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 288.42 g; W tym cukry: 46.64 g; Błonnik pok.: 32.89 g; Sol: 7.02 g;	Wartość energetyczna: 1793.90 kcal; Białko ogółem: 89.19 g; Tłuszcz: 58.49 g; Kw. tł. nasy.: 24.71 g; Węglowodany ogółem: 257.61 g; W tym cukry: 52.48 g; Błonnik pok.: 31.02 g; Sol: 5.37 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzr. soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegryczna
Śniadanie	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Dyńa z wody 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 110 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktynski wierzpory, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa ziołowa z miodem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.) Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
II/ŚN				Biskopki 30g (GLU PSZ, JAJ, MLE, GLUPSZ, GLU ŻYT.)	Jabłko 150g Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 70g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Herbata czarna drobiowia kielbasa grubo rozdrobniona 30g Rzodkiew biała 50g	Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (MLE) Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.) Jabłko pieczone 150g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szyznowa drobna drobiowia kielbasa grubo rozdrobniona 30g Rzodkiew biała 50g		
Obiad	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z kurczaka pieczoney b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Surówka Coleslaw b/c 100g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Brokuł gotowany* 100g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Brokuł gotowany* 100g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z kurczaka gotowane 180g Udziec z kurczaka pieczoney b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z kurczaka gotowane 180g Udziec z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL.) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z kurczaka gotowany b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100g (SEL.) Brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Udziec z kurczaka pieczoney b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka pieczoney b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Surówka z kapusty białej z koperkiem i brokuł gotowany* 100g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka pieczoney b/c b/s 100g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD					Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (MLE)			Kefir 2.0% tł 150g, 1 szt (MLE) Jabłko 150g Płatki pszenne 10g (GLU PSZ.)		
Kolejka	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Ser żółty 50g (MLE.) Sałata jarzynowa* 150g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata jarzynowa* dieta 150g (MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata jarzynowa* dieta 100g (MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata jarzynowa* dieta 100g (MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Ser żółty 50g (MLE.) Sałata jarzynowa* dieta 150g (MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50g Sałata jarzynowa z olejem* 100g (SEL.) Roszponka 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 100g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15g Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Ogórek kiszony 100g Roszponka 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Serek homo. naturalny 100g (MLE.) Ogórek kiszony 100g Roszponka 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15g Kielbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata jarzynowa* dieta 100g (MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata jarzynowa* dieta 150g (MLE, SEL, GOR.) Roszponka 10g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szyznowa dr. parzona z dodatkiem białka wierzporego z połączonych kawałków mięsa 50g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 50g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szyznowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniony, wędzona, parzona 30g Papryka świeża 50g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szyznowa luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wierzporego z połączonych kawałków mięsa 50g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 50g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szyznowa luksusowa dr. parzona z dodatkiem białka wierzporego z połączonych kawałków mięsa 50g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 50g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2543.48 kcal; Białko ogółem: 109.59 g; Tłuszcz: 88.51 g; Kw. tł. nasy.: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 329.78 g; W tym cukry: 57.97 g; Błonnik pok.: 31.61 g; Sól: 11.32 g;	Wartość energetyczna: 2350.56 kcal; Białko ogółem: 105.02 g; Tłuszcz: 88.51 g; Kw. tł. nasy.: 28.74 g; Węglowodany ogółem: 330.45 g; W tym cukry: 58.58 g; Błonnik pok.: 25.79 g; Sól: 10.80 g;	Wartość energetyczna: 2338.58 kcal; Białko ogółem: 97.90 g; Tłuszcz: 59.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.11 g; Węglowodany ogółem: 343.20 g; W tym cukry: 70.22 g; Błonnik pok.: 27.29 g; Sól: 9.15 g;	Wartość energetyczna: 2540.23 kcal; Białko ogółem: 105.72 g; Tłuszcz: 87.23 g; Kw. tł. nasy.: 27.99 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; W tym cukry: 60.78 g; Błonnik pok.: 28.69 g; Sól: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2489.99 kcal; Białko ogółem: 115.09 g; Tłuszcz: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 354.44 g; W tym cukry: 26.20 g; Błonnik pok.: 46.43 g; Sól: 10.53 g;	Wartość energetyczna: 2666.49 kcal; Białko ogółem: 114.91 g; Tłuszcz: 76.23 g; Kw. tł. nasy.: 19.13 g; Węglowodany ogółem: 388.77 g; W tym cukry: 53.34 g; Błonnik pok.: 34.89 g; Sól: 12.04 g;	Wartość energetyczna: 2117.54 kcal; Białko ogółem: 115.03 g; Tłuszcz: 65.94 g; Kw. tł. nasy.: 13.74 g; Węglowodany ogółem: 303.55 g; W tym cukry: 61.97 g; Błonnik pok.: 50.16 g; Sól: 12.27 g;	Wartość energetyczna: 2038.93 kcal; Białko ogółem: 82.86 g; Tłuszcz: 62.89 g; Kw. tł. nasy.: 17.91 g; Węglowodany ogółem: 301.04 g; W tym cukry: 50.09 g; Błonnik pok.: 34.21 g; Sól: 10.12 g;	Wartość energetyczna: 1882.75 kcal; Białko ogółem: 125.03 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kw. tł. nasy.: 24.54 g; Węglowodany ogółem: 265.06 g; W tym cukry: 43.49 g; Błonnik pok.: 33.73 g; Sól: 9.34 g;	

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobud. wyrdz. soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegryczna
Śniadanie	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II/ŚN				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Łopatką zbożnicza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ.)	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.)	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbożnicza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g	Koktajl truskawkowy* b/c 200 ml (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.)	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5 g Łopatką zbożnicza wiewprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Ogórek kiszony 50 g		
Obiad	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek (J) b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek (J) b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos majeranekowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Szpinaż gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Sos majeranekowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Szcypiak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos majeranekowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Szcypiak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Woda z cytryną 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Sos majeranekowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Szcypiak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Szcypiak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ryż na sypko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Szcypiak gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Biskwity 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jabłko 150 g		
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 10 g Pasta z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)			Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł 5 g Szyńska lukusowa dr. parzona z dodatkiem białka wiewprzowego z połączonych kawałków mięsa 30 g (MLE, GOR.) Rzodkiew biała 50 g	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)		
	Wartość energetyczna: 2438.41 kcal; Białko ogółem: 107.81 g; Tłuszcz: 67.82 g; Kw. tł. nasy.: 34.74 g; Węglowodany ogółem: 381.68 g; W tym cukry: 76.78 g; Błonnik pok.: 31.72 g; Sol: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2495.29 kcal; Białko ogółem: 108.94 g; Tłuszcz: 66.88 g; Kw. tł. nasy.: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 385.46 g; W tym cukry: 76.61 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sol: 6.78 g;	Wartość energetyczna: 2411.15 kcal; Białko ogółem: 105.30 g; Tłuszcz: 58.64 g; Kw. tł. nasy.: 22.76 g; Węglowodany ogółem: 386.38 g; W tym cukry: 76.65 g; Błonnik pok.: 22.89 g; Sol: 7.66 g;	Wartość energetyczna: 2758.64 kcal; Białko ogółem: 116.24 g; Tłuszcz: 67.23 g; Kw. tł. nasy.: 35.56 g; Węglowodany ogółem: 451.69 g; W tym cukry: 97.38 g; Błonnik pok.: 25.09 g; Sol: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2233.15 kcal; Białko ogółem: 107.70 g; Tłuszcz: 76.28 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 317.32 g; W tym cukry: 42.38 g; Błonnik pok.: 45.97 g; Sol: 4.43 g;	Wartość energetyczna: 2274.99 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 73.51 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 343.96 g; W tym cukry: 29.79 g; Błonnik pok.: 48.65 g; Sol: 8.52 g;	Wartość energetyczna: 2277.92 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 67.68 g; Kw. tł. nasy.: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; W tym cukry: 36.83 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sol: 8.21 g;	Wartość energetyczna: 2188.03 kcal; Białko ogółem: 107.06 g; Tłuszcz: 66.12 g; Kw. tł. nasy.: 12.63 g; Węglowodany ogółem: 314.16 g; W tym cukry: 57.25 g; Błonnik pok.: 57.98 g; Sol: 9.39 g;	Wartość energetyczna: 2056.34 kcal; Białko ogółem: 107.11 g; Tłuszcz: 62.46 g; Kw. tł. nasy.: 17.46 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; W tym cukry: 50.18 g; Błonnik pok.: 42.91 g; Sol: 6.63 g;	Wartość energetyczna: 1721.10 kcal; Białko ogółem: 92.90 g; Tłuszcz: 56.20 g; Kw. tł. nasy.: 23.61 g; Węglowodany ogółem: 238.82 g; W tym cukry: 33.98 g; Błonnik pok.: 35.65 g; Sol: 5.34 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst.pobud.wyrdz.soku zołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl.z ogr.tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Śniadania	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Pomarancza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna o zaw. tłuszczu 80% 15g 1 szt Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ryż na mleku 300 ml (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Pomarancza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo o smaku naturalnym z zieleni 100 g (MLE.) Pomarancza 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	ISN			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g		
Obiad	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ, MLE.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ, MLE.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza jęczmienna/sypko 180 g (GLU JECZ, MLE.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymna z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Kapuśniak z kapusty kiszonej * 400 ml (GLUPSZ, SEL, GOR.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy * 80 ml (GLUPSZ, MLE.) Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalaforowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Kasza gryczana 180 g Surowka z marchwi i chrzanu b/c 100 g (MLE, SOJ.) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g			Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g			
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Brokoli gotowany* 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLUPSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g (RYB, SEL.) Ogórek kiszony 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)	
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierac: MLE, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kiełbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierac: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU ŻYT, GLU OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Kiełbasa Zielonogórska- wp. grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLUPSZ, SOJ, może zawierac: MLE, SEL, GOR.) Rzodkiew biała 50 g	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2249,50 kcal; Białko ogółem: 107,99 g; Tłuszcz: 63,70 g; Kw. tł. nasy.: 26,36 g; Węglowodany ogółem: 339,64 g; W tym cukry: 70,10 g; Błonnik pok.: 33,09 g; Sol: 8,72 g;	Wartość energetyczna: 2214,23 kcal; Białko ogółem: 103,64 g; Tłuszcz: 54,97 g; Kw. tł. nasy.: 23,84 g; Węglowodany ogółem: 345,18 g; W tym cukry: 74,30 g; Błonnik pok.: 26,83 g; Sol: 6,11 g;	Wartość energetyczna: 2175,69 kcal; Białko ogółem: 103,82 g; Tłuszcz: 51,13 g; Kw. tł. nasy.: 14,20 g; Węglowodany ogółem: 341,33 g; W tym cukry: 73,60 g; Błonnik pok.: 25,57 g; Sol: 6,27 g;	Wartość energetyczna: 2617,96 kcal; Białko ogółem: 130,30 g; Tłuszcz: 63,46 g; Kw. tł. nasy.: 29,62 g; Węglowodany ogółem: 401,98 g; W tym cukry: 74,06 g; Błonnik pok.: 29,18 g; Sol: 9,60 g;	Wartość energetyczna: 2336,26 kcal; Białko ogółem: 122,49 g; Tłuszcz: 76,77 g; Kw. tł. nasy.: 19,60 g; Węglowodany ogółem: 332,59 g; W tym cukry: 38,60 g; Błonnik pok.: 43,85 g; Sol: 10,06 g;	Wartość energetyczna: 2279,17 kcal; Białko ogółem: 120,02 g; Tłuszcz: 71,37 g; Kw. tł. nasy.: 16,59 g; Węglowodany ogółem: 335,56 g; W tym cukry: 27,10 g; Błonnik pok.: 47,08 g; Sol: 9,60 g;	Wartość energetyczna: 2379,56 kcal; Białko ogółem: 118,01 g; Tłuszcz: 60,51 g; Kw. tł. nasy.: 17,22 g; Węglowodany ogółem: 362,30 g; W tym cukry: 48,56 g; Błonnik pok.: 30,73 g; Sol: 9,53 g;	Wartość energetyczna: 2246,40 kcal; Białko ogółem: 128,65 g; Tłuszcz: 61,06 g; Kw. tł. nasy.: 13,29 g; Węglowodany ogółem: 323,60 g; W tym cukry: 51,77 g; Błonnik pok.: 56,24 g; Sol: 11,64 g;	Wartość energetyczna: 2158,16 kcal; Białko ogółem: 106,44 g; Tłuszcz: 64,85 g; Kw. tł. nasy.: 16,40 g; Węglowodany ogółem: 322,61 g; W tym cukry: 66,83 g; Błonnik pok.: 37,63 g; Sol: 6,08 g;	Wartość energetyczna: 1675,44 kcal; Białko ogółem: 86,57 g; Tłuszcz: 45,67 g; Kw. tł. nasy.: 20,18 g; Węglowodany ogółem: 259,13 g; W tym cukry: 53,79 g; Błonnik pok.: 32,18 g; Sol: 6,55 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzr. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna						
2026-04-09 czwartek	Śniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> ) Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Ziemiakczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU ŻYT, GLU OW.</b> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa z białym z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JEJCZ.</b> )					
		Obiad	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surowka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Brokół gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Woda z cytryną 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Makaron pełnoziarnisty 200 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Schab gotowany 100 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ</b> ) Surowka z rzodkwi białej i jabłka ( ) 100 g ( <b>MLE</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml			
			PD				Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE</b> ) Płat szynkowy - produkt wędzarny wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</b> )				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g ( <b>GLU ŻYT, GLU OW.</b> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Płat szynkowy - produkt wędzarny wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.</b> ) Słupki z marchewki 50 g					
				Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb Graham 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bulka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g ( <b>GLU ŻYT, GLU OW.</b> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta drobiowo-warzywna z udźca kurczaka* 50 g ( <b>SEL</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
					PN		Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g ( <b>GLU ŻYT, GLU OW.</b> ) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ</b> ) Ogórek kiszony 50 g	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE.</b> )			
							Wartość energetyczna: 2623.44 kcal; Białko ogółem: 100.20 g; Tłuszcz: 78.38 g; Kw. tł. nasy.: 32.64 g; Węglowodany ogółem: 382.97 g; W tym cukry: 63.86 g; Błonnik pok.: 40.72 g; Sol: 6.87 g;	Wartość energetyczna: 2411.69 kcal; Białko ogółem: 97.26 g; Tłuszcz: 63.81 g; Kw. tł. nasy.: 29.08 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 59.33 g; Błonnik pok.: 21.70 g; Sol: 6.66 g;	Wartość energetyczna: 2387.32 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kw. tł. nasy.: 19.40 g; Węglowodany ogółem: 348.15 g; W tym cukry: 59.33 g; Błonnik pok.: 24.08 g; Sol: 7.04 g;	Wartość energetyczna: 2905.65 kcal; Białko ogółem: 122.57 g; Tłuszcz: 80.52 g; Kw. tł. nasy.: 37.04 g; Węglowodany ogółem: 415.03 g; W tym cukry: 66.85 g; Błonnik pok.: 26.78 g; Sol: 8.89 g;	Wartość energetyczna: 2544.11 kcal; Białko ogółem: 113.68 g; Tłuszcz: 86.46 g; Kw. tł. nasy.: 23.48 g; Węglowodany ogółem: 374.56 g; W tym cukry: 46.82 g; Błonnik pok.: 51.12 g; Sol: 8.80 g;	Wartość energetyczna: 2361.93 kcal; Białko ogółem: 96.45 g; Tłuszcz: 76.53 g; Kw. tł. nasy.: 18.35 g; Węglowodany ogółem: 370.55 g; W tym cukry: 30.91 g; Błonnik pok.: 53.63 g; Sol: 8.90 g;	Wartość energetyczna: 2446.49 kcal; Białko ogółem: 110.00 g; Tłuszcz: 74.26 g; Kw. tł. nasy.: 19.98 g; Węglowodany ogółem: 366.97 g; W tym cukry: 41.33 g; Błonnik pok.: 27.40 g; Sol: 9.27 g;	Wartość energetyczna: 2476.45 kcal; Białko ogółem: 135.23 g; Tłuszcz: 65.15 g; Kw. tł. nasy.: 17.87 g; Węglowodany ogółem: 366.19 g; W tym cukry: 72.74 g; Błonnik pok.: 59.68 g; Sol: 10.29 g;	Wartość energetyczna: 2553.22 kcal; Białko ogółem: 119.99 g; Tłuszcz: 74.86 g; Kw. tł. nasy.: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 369.13 g; W tym cukry: 57.46 g; Błonnik pok.: 43.29 g; Sol: 6.56 g;	Wartość energetyczna: 1852.88 kcal; Białko ogółem: 95.77 g; Tłuszcz: 51.50 g; Kw. tł. nasy.: 25.19 g; Węglowodany ogółem: 251.51 g; W tym cukry: 40.65 g; Błonnik pok.: 29.76 g; Sol: 5.92 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyzr. soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegryczna	
2026-04-10 piątek	Śniadania	Zacierka na mleku 300ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Słupki z marchewki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiakczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyunkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 50 g Słupki z marchewki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 60 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g (MLE) Słupki z marchewki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Twarożek 100 g (MLE) Słupki z marchewki 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Zacierka na mleku 300ml (GLU, PSZ, MLE) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Twarożek 100 g (MLE) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II/ŚN			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE) Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Rzodkiew biała 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Schab Benedyktyński wieprzowy, parzony z dodaną wodą 30 g (SOJ.) Pomidor 50 g				
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba smażona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kukinia pieczona z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml (MLE, SEL, GLU, JECZ.) Ryba pieczona (Miruna) 100 g (RYB, PSZ, JAJ, RYB.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g (GLU, PSZ, SEL) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD			Bizkopty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szyunkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g Rzodkiew biała 50 g			
	Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Masło extra 82% 15 g (MLE) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane RI M 2 szt (JAJ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna duża krojona 50 g (GLU, PSZ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g (JAJ, MLE) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 50 g (SOJ.) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE) Jajko gotowane RI M 2 szt (JAJ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE)
	PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w ostrońce niejadalnej 30 g Papryka świeża 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.) Papryka świeża 50 g	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt	
		Wartość energetyczna: 2353.44 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 78.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 70.70 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sol: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2254.87 kcal; Białko ogółem: 103.47 g; Tłuszcz: 65.85 g; Kw. tł. nasy.: 27.55 g; Węglowodany ogółem: 329.65 g; W tym cukry: 74.47 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sol: 8.00 g;	Wartość energetyczna: 2172.94 kcal; Białko ogółem: 96.56 g; Tłuszcz: 55.31 g; Kw. tł. nasy.: 14.96 g; Węglowodany ogółem: 338.39 g; W tym cukry: 85.06 g; Błonnik pok.: 22.54 g; Sol: 7.10 g;	Wartość energetyczna: 2531.43 kcal; Białko ogółem: 107.61 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kw. tł. nasy.: 28.48 g; Węglowodany ogółem: 404.45 g; W tym cukry: 105.64 g; Błonnik pok.: 25.89 g; Sol: 8.86 g;	Wartość energetyczna: 2216.78 kcal; Białko ogółem: 112.80 g; Tłuszcz: 76.83 g; Kw. tł. nasy.: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 312.42 g; W tym cukry: 35.35 g; Błonnik pok.: 43.77 g; Sol: 10.90 g;	Wartość energetyczna: 2085.74 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 66.04 g; Kw. tł. nasy.: 15.96 g; Węglowodany ogółem: 318.64 g; W tym cukry: 28.33 g; Błonnik pok.: 47.15 g; Sol: 9.51 g;	Wartość energetyczna: 2259.22 kcal; Białko ogółem: 106.89 g; Tłuszcz: 65.40 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; W tym cukry: 45.31 g; Błonnik pok.: 27.11 g; Sol: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2218.63 kcal; Białko ogółem: 122.64 g; Tłuszcz: 61.13 g; Kw. tł. nasy.: 13.98 g; Węglowodany ogółem: 311.68 g; W tym cukry: 50.76 g; Błonnik pok.: 53.08 g; Sol: 10.93 g;	Wartość energetyczna: 1998.74 kcal; Białko ogółem: 95.12 g; Tłuszcz: 61.14 g; Kw. tł. nasy.: 15.29 g; Węglowodany ogółem: 288.48 g; W tym cukry: 64.05 g; Błonnik pok.: 26.23 g; Sol: 9.97 g;	Wartość energetyczna: 1751.61 kcal; Białko ogółem: 83.86 g; Tłuszcz: 61.45 g; Kw. tł. nasy.: 24.06 g; Węglowodany ogółem: 244.51 g; W tym cukry: 52.09 g; Błonnik pok.: 29.90 g; Sol: 8.70 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst.pobudz.wyrdz.soku żołądkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr.łatwo.przys.węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr.łatwo przys.węgl. i z ogr.łuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr.łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogoenergetyczna
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE.) Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kiełbasa Zielenogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g (GLU, PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałata lodowa 10 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN				Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jabłko 150 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Papryka świeża 50 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jabłko 150 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jabłko 150 g		
Obiad	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 180 g (GLU, PSZ, SEL.) Ryz na sytko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Potrawka drobiowa 180 g Ryz na sytko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Broki gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Brokoli gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Brokoli gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryz na sytko z kurkumą 180 g Brokoli gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kociolatek meksykański z kurczakiem i fasolą 200 g (SEL.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Brokoli gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos jarzynowy* 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ryz na sytko (brązowy) 180 g Brokoli gotowany* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Woda z cytryną 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 90 g Ryz na sytko (brązowy) 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g				Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g Pomidor 50 g		
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Ser żółty 50 g (MLE.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Surówka z rzodkwi i czarnuszki 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ŻYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 30 g (może zawierać: MLE, GOR.) Sałata zielona 5 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)
	Wartość energetyczna: 2262.53 kcal; Białko ogółem: 84.27 g; Tłuszcz: 86.31 g; Kw. tł. nasy.: 36.40 g; Węglowodany ogółem: 316.19 g; W tym cukry: 58.32 g; Błonnik pok.: 39.54 g; Soli: 6.26 g;	Wartość energetyczna: 2122.63 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 60.06 g; Kw. tł. nasy.: 27.20 g; Węglowodany ogółem: 323.06 g; W tym cukry: 56.94 g; Błonnik pok.: 25.38 g; Soli: 7.76 g;	Wartość energetyczna: 1965.70 kcal; Białko ogółem: 84.99 g; Tłuszcz: 51.49 g; Kw. tł. nasy.: 14.17 g; Węglowodany ogółem: 306.99 g; W tym cukry: 43.09 g; Błonnik pok.: 23.07 g; Soli: 7.22 g;	Wartość energetyczna: 2484.47 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 65.83 g; Kw. tł. nasy.: 31.59 g; Węglowodany ogółem: 387.70 g; W tym cukry: 63.56 g; Błonnik pok.: 29.81 g; Soli: 10.19 g;	Wartość energetyczna: 2200.76 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 83.84 g; Kw. tł. nasy.: 23.59 g; Węglowodany ogółem: 314.45 g; W tym cukry: 47.18 g; Błonnik pok.: 47.86 g; Soli: 6.77 g;	Wartość energetyczna: 2180.11 kcal; Białko ogółem: 84.44 g; Tłuszcz: 73.12 g; Kw. tł. nasy.: 16.12 g; Węglowodany ogółem: 334.53 g; W tym cukry: 29.18 g; Błonnik pok.: 47.86 g; Soli: 10.24 g;	Wartość energetyczna: 2119.85 kcal; Białko ogółem: 88.50 g; Tłuszcz: 53.11 g; Kw. tł. nasy.: 14.10 g; Węglowodany ogółem: 340.02 g; W tym cukry: 46.90 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Soli: 9.01 g;	Wartość energetyczna: 1996.77 kcal; Białko ogółem: 85.59 g; Tłuszcz: 55.76 g; Kw. tł. nasy.: 9.35 g; Węglowodany ogółem: 296.17 g; W tym cukry: 59.01 g; Błonnik pok.: 58.94 g; Soli: 10.96 g;	Wartość energetyczna: 1939.67 kcal; Białko ogółem: 95.18 g; Tłuszcz: 57.19 g; Kw. tł. nasy.: 15.16 g; Węglowodany ogółem: 296.17 g; W tym cukry: 59.01 g; Błonnik pok.: 42.70 g; Soli: 8.85 g;	Wartość energetyczna: 1506.74 kcal; Białko ogółem: 73.11 g; Tłuszcz: 46.41 g; Kw. tł. nasy.: 19.77 g; Węglowodany ogółem: 225.17 g; W tym cukry: 26.19 g; Błonnik pok.: 33.05 g; Soli: 6.11 g;

	W-wa- GRO 1 Podstawowa	W-wa- GRO 2 Łatwostrawna	W-wa- GRO 3 Łatwostrawna z ogr. tłuszczu	W-wa- GRO 4 Łatwostrawna z ogr. subst. pobudz. wyrdz. soku żółtkowego	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów	W-wa- GRO 6/ML Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów bezmleczna	W-wa- GRO 6/3 Z ogr. łatwo przysw. wegl. i z ogr. tłuszczów	W-wa- GRO 6 Z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów - specjalna	W-wa- GRO 7 O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych	W-wa- GRO 8 Ubogonegryczna
Smakowania	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Łopatką zbojniczka wiewrzona wędzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Łopatką zbojniczka wiewrzona wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Łopatką zbojniczka wiewrzona wędzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Łopatką zbojniczka wiewrzona wędzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojniczka wiewrzona wędzona 50 g (SOJ.) Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobny grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Papryka świeża 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobny grubo rozdrobniony, parzony w osłonie niejadalnej 50 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Łopatką zbojniczka wiewrzona wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 50 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
IISN				Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Ogórek kiszony 50 g			
Osiadł	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokoli gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokoli gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Woda z cytryną 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Szarpana wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z papryką i olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD				Chrupki kukurydziane 20 g			Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.) Płatki owsiane 10 g (GLU, OW.) Jajko 150 g			
Kolacja	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Chleb Graham 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szyńska Pastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb żytni pełnoziarnisty 100 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 10 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 80 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska z indyka-produkt blokowy, drobniowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Pomidor 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU, ZYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szyńska z indyka-produkt blokowy, drobniowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Chleb żytni pełnoziarnisty 50 g (GLU, ZYT, GLU, OW.) Margaryna roślinna Flora ProActiv 35%tł. 5 g Szyńska z indyka-produkt blokowy, drobniowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Pomidor 50 g	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2203.65 kcal; Białko ogółem: 95.87 g; Tłuszcz: 71.59 g; Kw. tł. nasy.: 29.90 g; Węglowodany ogółem: 321.46 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 32.67 g; Sól: 6.40 g;	Wartość energetyczna: 2245.65 kcal; Białko ogółem: 97.73 g; Tłuszcz: 70.95 g; Kw. tł. nasy.: 29.76 g; Węglowodany ogółem: 321.24 g; W tym cukry: 52.91 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2237.25 kcal; Białko ogółem: 97.52 g; Tłuszcz: 70.20 g; Kw. tł. nasy.: 29.25 g; Węglowodany ogółem: 321.19 g; W tym cukry: 52.73 g; Błonnik pok.: 25.66 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 2558.85 kcal; Białko ogółem: 114.26 g; Tłuszcz: 80.1 g; Kw. tł. nasy.: 32.95 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; W tym cukry: 53.54 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sól: 7.32 g;	Wartość energetyczna: 2126.43 kcal; Białko ogółem: 111.80 g; Tłuszcz: 72.73 g; Kw. tł. nasy.: 18.41 g; Węglowodany ogółem: 297.96 g; W tym cukry: 32.09 g; Błonnik pok.: 40.37 g; Sól: 8.93 g;	Wartość energetyczna: 2136.03 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 68.10 g; Kw. tł. nasy.: 16.86 g; Węglowodany ogółem: 315.10 g; W tym cukry: 43.22 g; Błonnik pok.: 44.26 g; Sól: 9.41 g;	Wartość energetyczna: 2335.79 kcal; Białko ogółem: 116.22 g; Tłuszcz: 71.02 g; Kw. tł. nasy.: 17.11 g; Węglowodany ogółem: 329.15 g; W tym cukry: 43.22 g; Błonnik pok.: 27.62 g; Sól: 9.54 g;	Wartość energetyczna: 2084.08 kcal; Białko ogółem: 124.22 g; Tłuszcz: 55.46 g; Kw. tł. nasy.: 13.25 g; Węglowodany ogółem: 296.97 g; W tym cukry: 60.26 g; Błonnik pok.: 50.26 g; Sól: 8.48 g;	Wartość energetyczna: 1871.76 kcal; Białko ogółem: 93.73 g; Tłuszcz: 60.18 g; Kw. tł. nasy.: 15.45 g; Węglowodany ogółem: 273.28 g; W tym cukry: 35.05 g; Błonnik pok.: 36.87 g; Sól: 6.24 g;	Wartość energetyczna: 1586.59 kcal; Białko ogółem: 88.40 g; Tłuszcz: 54.08 g; Kw. tł. nasy.: 21.55 g; Węglowodany ogółem: 215.52 g; W tym cukry: 21.72 g; Błonnik pok.: 32.00 g; Sól: 4.13 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogospodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
Sniadanie	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 60 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekami b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Cukier 15 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 40 g ( <u>SOJ,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekami b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Cukier 15 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Filet z kurczaka gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kawa zbożowa z mlekami b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Cukier 15 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Płatki pszenne na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE,</u> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Kawa zbożowa z mlekami b/c 300 ml ( <u>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</u> ) Cukier 15 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Cukier 15 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )						
Obiad	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez soli) * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* (bez soli) 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Marchew gotowana z olejem (bez soli) 100 g Szpinak gotowany z olejem (bez soli) 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z brokuła- dieta 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE,</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem (bez mleka) * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Pulpet mięsno-warzywny* (drobiowy) b/gl 100 g ( <u>JAJ, SEL,</u> ) Sos koperkowy *(bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Brokułowa z ryżem * 400 ml ( <u>MLE, SEL,</u> ) Gulasz warzywny z tofu dieta* 150 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, SEL,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z selera i jabłka z olejem b/c 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Szpinak gotowany z olejem* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Łopatką zbrojnicka wieprzowa wędzona 30 g ( <u>SOJ,</u> )						
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Paszlet rybny z warzywami (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Paszlet rybny z warzywami (Losos) ** 50 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Paszlet rybny z warzywami (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Paszlet rybny z warzywami (Losos) ** 100 g ( <u>GLU PSZ, JAJ, RYB, SEL,</u> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pasta z ryby gotowanej (miruna) z warzywami* 100 g ( <u>RYB, SEL,</u> ) Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	PN	Mus- przecier owocowy jablko-banan-brzoskwinia 100g (tubka) 1 szt						
	Wartość energetyczna: 2527.93 kcal; Białko ogółem: 98.04 g; Tłuszcz: 82.01 g; Kw. tł. nasy.: 32.20 g; Węglowodany ogółem: 375.04 g; W tym cukry: 92.61 g; Błonnik pok.: 35.20 g; Sol: 10.26 g;	Wartość energetyczna: 1931.04 kcal; Białko ogółem: 56.12 g; Tłuszcz: 58.20 g; Kw. tł. nasy.: 20.29 g; Węglowodany ogółem: 320.49 g; W tym cukry: 56.37 g; Błonnik pok.: 33.76 g; Sol: 7.20 g;	Wartość energetyczna: 2246.62 kcal; Białko ogółem: 56.08 g; Tłuszcz: 69.17 g; Kw. tł. nasy.: 26.96 g; Węglowodany ogółem: 331.65 g; W tym cukry: 84.55 g; Błonnik pok.: 31.45 g; Sol: 5.60 g;	Wartość energetyczna: 2331.66 kcal; Białko ogółem: 105.68 g; Tłuszcz: 78.36 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 320.29 g; W tym cukry: 86.07 g; Błonnik pok.: 27.42 g; Sol: 6.92 g;	Wartość energetyczna: 1911.70 kcal; Białko ogółem: 62.75 g; Tłuszcz: 58.47 g; Kw. tł. nasy.: 10.09 g; Węglowodany ogółem: 308.55 g; W tym cukry: 57.82 g; Błonnik pok.: 33.99 g; Sol: 7.91 g;	Wartość energetyczna: 2094.24 kcal; Białko ogółem: 79.04 g; Tłuszcz: 74.91 g; Kw. tł. nasy.: 25.08 g; Węglowodany ogółem: 294.80 g; W tym cukry: 70.86 g; Błonnik pok.: 32.53 g; Sol: 3.72 g;	Wartość energetyczna: 2475.72 kcal; Białko ogółem: 89.80 g; Tłuszcz: 88.64 g; Kw. tł. nasy.: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 364.99 g; W tym cukry: 86.96 g; Błonnik pok.: 40.97 g; Sol: 7.92 g;	Wartość energetyczna: 1971.15 kcal; Białko ogółem: 100.00 g; Tłuszcz: 49.28 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 301.63 g; W tym cukry: 57.65 g; Błonnik pok.: 28.05 g; Sol: 5.72 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa	
2026-03-31 wtorek	Śniadania	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktynski wiewrzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z jaj 100 g (JAJ, MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g (JAJ.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 15 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 150 g Cukier 15 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
	II/SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g							
	Obiad	Sofferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Sofferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluskki śląskie* 300 g (JAJ.) Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Dymia z wody 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Sofferino (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos szpinakowy (bez soli)* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron (bez soli) 200 g (GLU PSZ.) Dymia z wody (bez soli) 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Sofferino* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (GLU PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Dymia z wody 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Sofferino (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy* 80 ml (GLU PSZ.) Makaron 200 g (GLU PSZ.) Dymia z wody 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Sofferino (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos szpinakowy (bez glutenu)* 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Dymia z wody 100 g Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pieczarkowa z ziemniakami* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, SOJ.) Makaron z warzywami i serem żółtym* 300 g (GLU PSZ, MLE.) Surowka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Dymia z wody 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Koktajl bananowy 200 ml (MLE.)							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 100 g (SEL.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek Fromage 100 g (GLU PSZ, MLE.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Galaretki drobiowa z udźcem z kurczaka* 200 g (SEL.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
	PN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2616.40 kcal; Białko ogółem: 129.75 g; Tłuszcz: 71.86 g; Kw. tł. nasy.: 30.97 g; Węglowodany ogółem: 381.04 g; W tym cukry: 83.27 g; Błonnik pok.: 27.08 g; Sól: 7.69 g;	Wartość energetyczna: 2107.01 kcal; Białko ogółem: 63.61 g; Tłuszcz: 55.82 g; Kw. tł. nasy.: 27.81 g; Węglowodany ogółem: 365.86 g; W tym cukry: 69.17 g; Błonnik pok.: 28.37 g; Sól: 6.49 g;	Wartość energetyczna: 2184.40 kcal; Białko ogółem: 111.15 g; Tłuszcz: 55.90 g; Kw. tł. nasy.: 24.75 g; Węglowodany ogółem: 321.71 g; W tym cukry: 62.87 g; Błonnik pok.: 22.68 g; Sól: 4.21 g;	Wartość energetyczna: 2248.05 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 75.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.37 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; W tym cukry: 64.77 g; Błonnik pok.: 23.22 g; Sól: 6.42 g;	Wartość energetyczna: 2137.08 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 53.31 g; Kw. tł. nasy.: 13.51 g; Węglowodany ogółem: 334.17 g; W tym cukry: 67.54 g; Błonnik pok.: 26.65 g; Sól: 6.69 g;	Wartość energetyczna: 2051.27 kcal; Białko ogółem: 89.20 g; Tłuszcz: 65.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.73 g; Węglowodany ogółem: 290.22 g; W tym cukry: 61.05 g; Błonnik pok.: 28.34 g; Sól: 4.05 g;	Wartość energetyczna: 2404.27 kcal; Białko ogółem: 75.36 g; Tłuszcz: 99.86 g; Kw. tł. nasy.: 52.75 g; Węglowodany ogółem: 324.72 g; W tym cukry: 63.05 g; Błonnik pok.: 31.30 g; Sól: 5.90 g;	Wartość energetyczna: 1960.22 kcal; Białko ogółem: 98.77 g; Tłuszcz: 42.21 g; Kw. tł. nasy.: 11.21 g; Węglowodany ogółem: 309.69 g; W tym cukry: 68.04 g; Błonnik pok.: 25.17 g; Sól: 6.47 g;	

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-01 środa	Śniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana w piekarniku, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szynka zapiekana w piekarniku, wędzona, parz. z dod. wody 40 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schnab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z szynki wędzonej 50 g Brokuł gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka zapiekana w piekarniku, wędzona, parz. z dod. wody 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez glutenu, bez mleka) 300 ml (SEL.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schnab gotowany 50 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml (MLE, GLU, OW.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z groszku zielonego b/ml 100 g Rzodkiew biała 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schnab gotowany* 50 g Brokuł gotowany* 100 g Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II-ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g							
2026-04-01 środa	Obiad	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Fizy ziemniaczane* 300 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami* b/soli 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka b/soli 100 g Sos jarzynowy* (bez soli) 100 ml (GLU, PSZ, SEL.) Buraczki gotowane 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy* 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, bez mleka)* 400 ml (SEL., PSZ, JAJ.) Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sos jarzynowy (bez glutenu) 100 ml (MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Sznajki gotowane z olejem (bez glutenu)* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Płatki ziemniaczane 300 g (GLU, PSZ, JAJ.) Kefir 2,0% tł 150g 1 szt (MLE.) Buraczki gotowane 100 g Surowka z ogórków kiszonych, cebuli z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grysiówka z ziemniakami*. 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Mięso drobiowe gotowane z udźca kurczaka 100 g Sznajki gotowane z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)							
2026-04-01 środa	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SCU.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Banan 150 g Sałata zielona 20 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Banan 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt							
	Wartość energetyczna: 2433.80 kcal; Białko ogółem: 113.32 g; Tłuszcz: 61.39 g; Kw. tł. nasy.: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 380.36 g; W tym cukry: 103.83 g; Błonnik pok.: 25.32 g; Sól: 8.47 g;	Wartość energetyczna: 2039.74 kcal; Białko ogółem: 65.25 g; Tłuszcz: 39.04 g; Kw. tł. nasy.: 18.59 g; Węglowodany ogółem: 380.75 g; W tym cukry: 68.40 g; Błonnik pok.: 21.73 g; Sól: 8.25 g;	Wartość energetyczna: 2163.76 kcal; Białko ogółem: 102.65 g; Tłuszcz: 53.22 g; Kw. tł. nasy.: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 337.11 g; W tym cukry: 80.48 g; Błonnik pok.: 24.44 g; Sól: 4.09 g;	Wartość energetyczna: 2200.86 kcal; Białko ogółem: 95.63 g; Tłuszcz: 59.80 g; Kw. tł. nasy.: 23.94 g; Węglowodany ogółem: 335.35 g; W tym cukry: 60.23 g; Błonnik pok.: 21.58 g; Sól: 6.52 g;	Wartość energetyczna: 1954.45 kcal; Białko ogółem: 81.94 g; Tłuszcz: 43.63 g; Kw. tł. nasy.: 11.11 g; Węglowodany ogółem: 328.19 g; W tym cukry: 69.11 g; Błonnik pok.: 24.99 g; Sól: 8.66 g;	Wartość energetyczna: 1945.90 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz: 53.82 g; Kw. tł. nasy.: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 304.72 g; W tym cukry: 68.12 g; Błonnik pok.: 27.67 g; Sól: 2.77 g;	Wartość energetyczna: 2349.39 kcal; Białko ogółem: 67.59 g; Tłuszcz: 85.16 g; Kw. tł. nasy.: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 360.44 g; W tym cukry: 84.34 g; Błonnik pok.: 37.82 g; Sól: 6.68 g;	Wartość energetyczna: 2039.07 kcal; Białko ogółem: 96.89 g; Tłuszcz: 44.59 g; Kw. tł. nasy.: 11.95 g; Węglowodany ogółem: 331.86 g; W tym cukry: 67.91 g; Błonnik pok.: 25.99 g; Sól: 6.06 g;	

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogospodowa	W-wa- GRO Rozdrobiona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Śniadania	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Dymna z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa Extra- wędzonka wędziona, wędzona z wodą dodaną, 50 g ( <b>SOJ.</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml ( <b>MLE.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmieńne na mleku 300 ml ( <b>MLE, GLU, JECZ.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasztet sojowy z pomidorami 100 g ( <b>SOJ, GOR.</b> ) Ogórek kiszony 100 g Salata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU, ŻYT, GLU, JECZ.</b> ) Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Dymna z wody 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g
II i SN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE.</b> )							
Obiad	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * (bez soli) 150 g Ryż na sypko (bez soli) 180 g Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie w 100 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE.</b> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Brokul gotowany* 100 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, bez mleka) 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Leczo z drobiem-dieta * 180 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml ( <b>GLU, PSZ, MLE, SEL.</b> ) Leczo wegetariańskie z soczewicą* 300 g Ryż na sypko 180 g Surówka z marchwi i selera z olejem b/c 100 g ( <b>SEL.</b> ) Brokul gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLU, PSZ, SEL.</b> ) Schab gotowany 100 g Ryż na sypko 180 g Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Brokul gotowany* 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka Pastuska- wp. wędzona, parzona z dod. b. sojowego i wody 30 g ( <b>SOJ.</b> )							
Kolejnia	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Szynka tostowa- drobiowa, średnio rozdrob. 40 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Salatka jarzynowa z olejem* (bez soli) 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Pasta z szynki drobiowej 50 g ( <b>może zawierać: MLE, GOR.</b> ) Bułki jarzyn gotowane z olejem* 100 g ( <b>SEL.</b> ) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Szynkowa z indykiem-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 50 g Salatka jarzynowa z olejem* 150 g ( <b>SEL.</b> ) Salata zielona 15 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU, PSZ, GLU, ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE.</b> ) Ser żółty 50 g ( <b>MLE.</b> ) Salatka jarzynowa* 150 g ( <b>JAJ, MLE, SEL, GOR.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU, PSZ.</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Salatka jarzynowa* dieta 150 g ( <b>MLE, SEL.</b> ) Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
PN	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )	Mini serniczki z musem malinowym b/c + 150 g ( <b>JAJ, MLE.</b> )	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt	Mus- przecier owocowy jablko 100g (tubka) 1 szt
	Wartość energetyczna: 2543,02 kcal; Białko ogółem: 115,48 g; Tłuszcz: 70,22 g; Kw. tł. nasy.: 31,56 g; Węglowodany ogółem: 373,31 g; W tym cukry: 62,44 g; Błonnik pok.: 30,96 g; Sól: 10,16 g;	Wartość energetyczna: 1877,78 kcal; Białko ogółem: 64,02 g; Tłuszcz: 43,04 g; Kw. tł. nasy.: 18,84 g; Węglowodany ogółem: 324,23 g; W tym cukry: 42,58 g; Błonnik pok.: 26,60 g; Sól: 7,51 g;	Wartość energetyczna: 2572,75 kcal; Białko ogółem: 115,21 g; Tłuszcz: 77,05 g; Kw. tł. nasy.: 28,82 g; Węglowodany ogółem: 370,38 g; W tym cukry: 53,97 g; Błonnik pok.: 30,40 g; Sól: 5,11 g;	Wartość energetyczna: 2230,32 kcal; Białko ogółem: 96,45 g; Tłuszcz: 69,49 g; Kw. tł. nasy.: 28,32 g; Węglowodany ogółem: 312,44 g; W tym cukry: 62,54 g; Błonnik pok.: 24,56 g; Sól: 6,14 g;	Wartość energetyczna: 2028,18 kcal; Białko ogółem: 69,89 g; Tłuszcz: 57,36 g; Kw. tł. nasy.: 10,44 g; Węglowodany ogółem: 327,93 g; W tym cukry: 40,89 g; Błonnik pok.: 28,64 g; Sól: 6,06 g;	Wartość energetyczna: 2104,77 kcal; Białko ogółem: 90,83 g; Tłuszcz: 63,94 g; Kw. tł. nasy.: 24,86 g; Węglowodany ogółem: 302,27 g; W tym cukry: 44,31 g; Błonnik pok.: 30,72 g; Sól: 2,61 g;	Wartość energetyczna: 2758,44 kcal; Białko ogółem: 94,07 g; Tłuszcz: 114,24 g; Kw. tł. nasy.: 39,67 g; Węglowodany ogółem: 356,50 g; W tym cukry: 54,44 g; Błonnik pok.: 33,45 g; Sól: 10,74 g;	Wartość energetyczna: 2053,97 kcal; Białko ogółem: 107,94 g; Tłuszcz: 45,69 g; Kw. tł. nasy.: 12,84 g; Węglowodany ogółem: 318,24 g; W tym cukry: 42,83 g; Błonnik pok.: 25,96 g; Sól: 5,37 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Sniadanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonie niejadalnej 50 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL,</u> ) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z jaj 100 g ( <u>JAJ, MLE,</u> ) Brokuli gotowany* 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>JAJ,</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE,</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <u>JAJ,</u> ) Pomidor 100 g Mix salat 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Schab gotowany* 100 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml Cukier 5 g
II/ŚN	Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z groszku zielonego b/ml 30 g							
Obiad	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Pierogi z truskawkami* 300 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Sos jogurtowy naturalny 80 g ( <u>MLE,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy (bez soli) 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Szczynek gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z dyni * 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Mielona ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy (bez mleka) 80 ml ( <u>GLU PSZ,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z ziemniakami (bez mleka, MLE, SEL) 400 ml ( <u>SEL,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy (bez glutenu, mleka) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Szczynek gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem* 400 ml ( <u>GLU PSZ, MLE, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Sos cytrynowy 80 ml ( <u>GLU PSZ, MLE,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Dyniowa z makaronem (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU PSZ, SEL,</u> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <u>RYB,</u> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g ( <u>SEL,</u> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE,</u> )							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE,</u> ) Szytnak szkolna-wp, parzona 40 g ( <u>GLU PSZ, SOJ, MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>MLE,</u> ) Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ, może zawierać: ORZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <u>GLU PSZ, GLU ŻYT,</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE,</u> ) Pasta z twarogu z koperkiem 100 g ( <u>MLE,</u> ) Fonaralczka 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Salata lodowa 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Margaryna roślinna bez mielczna o zaw.80% tł 15 g ( <u>GLU PSZ,</u> ) Twaróg półtłusty 100 g ( <u>MLE,</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Salata lodowa 10 g
PN		Drożdżówka z serem 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Drożdżówka z serem 50g 1 szt ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE,</u> )	Biszkopty 30g ( <u>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JE CZ,</u> )
	Wartość energetyczna: 2613.52 kcal; Białko ogółem: 115.86 g; Tłuszcz: 53.14 g; Kw. tł. nasy.: 31.60 g; Węglowodany ogółem: 370.37 g; W tym cukry: 65.75 g; Błonnik pok.: 27.97 g; Sól: 7.25 g;	Wartość energetyczna: 2186.29 kcal; Białko ogółem: 66.50 g; Tłuszcz: 49.25 g; Kw. tł. nasy.: 16.02 g; Węglowodany ogółem: 384.82 g; W tym cukry: 65.25 g; Błonnik pok.: 24.24 g; Sól: 6.86 g;	Wartość energetyczna: 2319.24 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw. tł. nasy.: 28.57 g; Węglowodany ogółem: 326.18 g; W tym cukry: 62.24 g; Błonnik pok.: 25.27 g; Sól: 5.06 g;	Wartość energetyczna: 2306.83 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 74.69 g; Kw. tł. nasy.: 29.18 g; Węglowodany ogółem: 313.10 g; W tym cukry: 62.24 g; Błonnik pok.: 25.43 g; Sól: 6.09 g;	Wartość energetyczna: 2001.79 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 55.72 g; Kw. tł. nasy.: 13.33 g; Węglowodany ogółem: 304.44 g; W tym cukry: 55.07 g; Błonnik pok.: 27.50 g; Sól: 6.35 g;	Wartość energetyczna: 2104.60 kcal; Białko ogółem: 81.91 g; Tłuszcz: 70.85 g; Kw. tł. nasy.: 26.62 g; Węglowodany ogółem: 299.19 g; W tym cukry: 67.22 g; Błonnik pok.: 28.89 g; Sól: 3.22 g;	Wartość energetyczna: 2318.23 kcal; Białko ogółem: 107.29 g; Tłuszcz: 72.05 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 333.02 g; W tym cukry: 66.93 g; Błonnik pok.: 29.09 g; Sól: 6.02 g;	Wartość energetyczna: 1978.68 kcal; Białko ogółem: 101.62 g; Tłuszcz: 48.51 g; Kw. tł. nasy.: 12.84 g; Węglowodany ogółem: 307.29 g; W tym cukry: 50.35 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 5.50 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-04 sobota	Śniadania	Ryz na mleku 300 ml (MLE), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 15 g (MLE), Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE), Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 15 g (MLE), Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryz na mleku 300 ml (MLE), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 15 g (MLE), Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE), Dżem 25 g 1 szt Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE), Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE), Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryz na mleku 300 ml (MLE), Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.), Masło extra 82% 15 g (MLE), Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE), Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryz na mleku 300 ml (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT), Masło extra 82% 15 g (MLE), Serek a la homogenizowany z ziołami 100 g (MLE), Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml (MLE), Cukier 5 g	
		Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Hummus z ciecierzycy 30 g							
2026-04-04 sobota	Obiad	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL), Makarony ze szpinakiem i warzywami*dieta 300 g (GLU PSZ, MLE), Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL), Kluskki sliśskie* 300 g (JAJ), Sos bazylkowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL), Salatka z buraczków i jabłka z olejem 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml (MLE, SEL), Makarony ze szpinakiem i warzywami*dieta (bez soli) 300 g (GLU PSZ, MLE), Marchew gotowana z olejem (bez soli)* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL), Mieso wędzrowe mielone w sosie 100 g (GLU PSZ), Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE), Marchew gotowana z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Pulpet rybny (Minuna) 100 g (GLU PSZ, JAJ, RYB), Sos bazylkowy* 100 ml (GLU PSZ, SEL), Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami * 400 ml (MLE, SEL), Pulpet rybny (Minuna) (bez glutenu) * 300 g (GLU PSZ, MLE), Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Grochowa z ziemniakami * 400 ml (GLUPSZ, SEL), Makarony ze szpinakiem i serem żółtym * 300 g (GLU PSZ, MLE), Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Selerowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml (SEL), Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Filet z kurczaka gotowany 100 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE),							
2026-04-04 sobota	Kolacja	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Pasła z tofu i brokuła. 100 g (SOJ), Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Schab Benedyktynski wędzrowy parzony z dodatkiem wody 40 g (SOJ), Pomidor 100 g Salata zielona 10 g	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Pasła z tofu i brokuła. (bez soli)* 100 g (SOJ), Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 15 g (MLE), Pastę z tofu i brokuła. 100 g (SOJ), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL), Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Pastę z tofu i brokuła. 100 g (SOJ), Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.), Masło extra 82% 15 g (MLE), Pastę z tofu, brokuła i szpinaku 100 g (SOJ), Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE), Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL), Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Rzodzik biała plasty 100 g Salata zielona 10 g	Bulka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL), Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 30 g (MLE), Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ), Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 30 g (MLE), Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 30 g (MLE), Dymna z wody 50 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g (SEZ, może zawierać: ORZ.), Masło extra 82% 5 g (MLE), Twarożek 30 g (MLE), Salata zielona 5 g	Chleb razowy żytnio-pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Twarożek 30 g (MLE), Salata zielona 5 g	Bulka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ), Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Schab gotowany 30 g
	Wartość energetyczna: 2779.08 kcal; Białko ogółem: 116.19 g; Tłuszcz: 89.01 g; Kw. tł. nasy.: 38.42 g; Węglowodany ogółem: 402.18 g; W tym cukry: 80.17 g; Błonnik pok.: 27.98 g; Sól: 6.03 g;	Wartość energetyczna: 2185.02 kcal; Białko ogółem: 55.95 g; Tłuszcz: 65.31 g; Kw. tł. nasy.: 31.48 g; Węglowodany ogółem: 338.20 g; W tym cukry: 39.70 g; Błonnik pok.: 27.17 g; Sól: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 2287.57 kcal; Białko ogółem: 92.38 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kw. tł. nasy.: 29.61 g; Węglowodany ogółem: 338.20 g; W tym cukry: 47.46 g; Błonnik pok.: 27.33 g; Sól: 4.64 g;	Wartość energetyczna: 2526.06 kcal; Białko ogółem: 107.86 g; Tłuszcz: 91.75 g; Kw. tł. nasy.: 33.10 g; Węglowodany ogółem: 335.18 g; W tym cukry: 60.40 g; Błonnik pok.: 28.83 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2079.01 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 60.96 g; Kw. tł. nasy.: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 314.96 g; W tym cukry: 28.21 g; Błonnik pok.: 29.62 g; Sól: 7.06 g;	Wartość energetyczna: 2194.20 kcal; Białko ogółem: 79.37 g; Tłuszcz: 83.63 g; Kw. tł. nasy.: 28.07 g; Węglowodany ogółem: 296.55 g; W tym cukry: 42.33 g; Błonnik pok.: 29.13 g; Sól: 2.75 g;	Wartość energetyczna: 2689.32 kcal; Białko ogółem: 107.56 g; Tłuszcz: 101.91 g; Kw. tł. nasy.: 37.92 g; Węglowodany ogółem: 373.01 g; W tym cukry: 56.20 g; Błonnik pok.: 42.29 g; Sól: 6.67 g;	Wartość energetyczna: 2103.87 kcal; Białko ogółem: 112.97 g; Tłuszcz: 53.48 g; Kw. tł. nasy.: 14.63 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; W tym cukry: 44.21 g; Błonnik pok.: 28.51 g; Sól: 5.31 g;	

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobiona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmleczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-05 niedziela	Śniadanie	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane K1 M 2 szt (JAJ.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Babka piaskowa 50 g (GLU PSZ, JAJ.)	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnoka Extra- wędzonka wieprzowa, wędzona, z wodą dodaną, 40 g (SOJ.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z szynki drobiowej, 50 g (SOJ.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szywnoka drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 50 g Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnoka drobowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobiona 50 g Pomidor 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus z ciecierzycy 100 g Papryka świeża 100 g Rozszponka 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Pasta warzywna* 100 g (SEL.) Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II SN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Filet z kurczaka gotowany 30 g							
	Obiad	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Kluskki śląskie* 300 g (JAJ.) Schab gotowany (bez soli) 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez soli) 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Schab gotowany (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml (GLU PSZ, MLE.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Mięso drobiowe mielone w sosie wli 100 g (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Brokuł gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLUPSZ, SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny () 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Schab gotowany 100 g Sos własny (bez glutenu) 80 ml Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kotlety sojowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Suroówka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemniaczana *(bez mleka) 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Buraczki gotowane 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Jogurt truskawkowy 150g 1 szt (MLE.)							
	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Szywnoka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szywnoka z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobiona, wędzona, parzona 50 g Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z twarogu i siemienia z natką pietruszki 100 g (MLE.) Salatka z pomidorów z cebulką i olejem 150 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml
	PN	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprzowej 30 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g	Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt naturalny 150g 1 szt (MLE.)		Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g Salata zielona 10 g	
	Wartość energetyczna: 2555.65 kcal; Białko ogółem: 131.70 g; Tłuszcz: 72.08 g; Kw. tł. nasy.: 32.88 g; Węglowodany ogółem: 368.70 g; W tym cukry: 86.82 g; Błonnik pok.: 24.26 g; Sól: 7.87 g;	Wartość energetyczna: 2022.58 kcal; Białko ogółem: 62.32 g; Tłuszcz: 54.38 g; Kw. tł. nasy.: 28.96 g; Węglowodany ogółem: 340.36 g; W tym cukry: 37.81 g; Błonnik pok.: 25.54 g; Sól: 6.43 g;	Wartość energetyczna: 2031.60 kcal; Białko ogółem: 115.14 g; Tłuszcz: 51.00 g; Kw. tł. nasy.: 27.82 g; Węglowodany ogółem: 294.73 g; W tym cukry: 54.32 g; Błonnik pok.: 21.93 g; Sól: 4.29 g;	Wartość energetyczna: 2386.56 kcal; Białko ogółem: 107.00 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kw. tł. nasy.: 30.47 g; Węglowodany ogółem: 334.75 g; W tym cukry: 61.04 g; Błonnik pok.: 26.54 g; Sól: 8.42 g;	Wartość energetyczna: 1763.59 kcal; Białko ogółem: 90.36 g; Tłuszcz: 37.13 g; Kw. tł. nasy.: 11.07 g; Węglowodany ogółem: 286.33 g; W tym cukry: 27.73 g; Błonnik pok.: 25.76 g; Sól: 7.64 g;	Wartość energetyczna: 1929.57 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 272.39 g; W tym cukry: 47.62 g; Błonnik pok.: 24.80 g; Sól: 4.04 g;	Wartość energetyczna: 2324.67 kcal; Białko ogółem: 95.02 g; Tłuszcz: 78.83 g; Kw. tł. nasy.: 27.65 g; Węglowodany ogółem: 329.61 g; W tym cukry: 51.32 g; Błonnik pok.: 31.85 g; Sól: 5.81 g;	Wartość energetyczna: 2164.61 kcal; Białko ogółem: 119.13 g; Tłuszcz: 56.64 g; Kw. tł. nasy.: 27.21 g; Węglowodany ogółem: 312.46 g; W tym cukry: 39.23 g; Błonnik pok.: 25.22 g; Sól: 5.71 g;	

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa	
2026-04-06 poniedziałek	Śniadanie II   SN	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wierzowy, parzony z dodaną wodą 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (GLU PSZ, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ziemiacciżana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab Benedyktyński wierzowy, parzony z dodaną wodą 40 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z czynki wierzowej 50 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z czynki wierzowej 50 g (SOJ.) Dymia z wody 100 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5 g	Ziemiacciżana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Hummus z ciecierzycy 100 g Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Kawa zbożowa z mlekiem b/c 300 ml (MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ.) Cukier 5 g Ciasto drożdżowe 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE.)	Ziemiacciżana *(bez mleka) 300 ml (GLU PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Dymia z wody 100 g Sałata zielona 10 g Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE.)
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 30 g							
2026-04-06 poniedziałek	Obiad PD	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemiakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Kluski śląskie* 300 g (JAJ.) Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemiakami (bez soli)* 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s (bez soli) 100 g Sos ziołowy* (bez soli) 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane puree 180 g (MLE.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemiakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Miejsce drobiowe mielone w sosie w/ 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki gotowane 180 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Rosół z makaronem * 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* 80 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemiakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml (SEL.) Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Brokuł gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany* 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemiakami * 400 ml (GLU PSZ, MLE, SEL.) Kilofajkowe panierowane 100 g (GLU PSZ, JAJ, SOJ, MLE.) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Surowka Coleslaw b/c 100 g (JAJ, MLE, GOR.) Brokuł gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Jarzynowa z ziemiakami (bez mleka)* 400 ml (GLU PSZ, SEL.) Ziemiaki z koperkiem gotowane 180 g Udziec z kurczaka gotowany b/k b/s 100 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 200 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)							
2026-04-06 poniedziałek	Kolacja PN	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Sałatka jarzynowa* dieta 150 g (MLE, SEL.) Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kielbasa Zielonogórska-wp grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 30 g (GLU PSZ, SOJ, może zawierać: MLE, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Pasta warzywna* 100 g (SEL.)	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka jarzynowa* 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka jarzynowa* 100 g (MLE, SEL, GOR.) Rozszponka 10 g	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU PSZ, GLU ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Ser żółty 50 g (MLE.) Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Rozszponka 10 g	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Kurczak z Bobrownik produkt blokowy drobiowy grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g Sałatka jarzynowa* dieta 100 g (MLE, SEL.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml
		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt		Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt			Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt
	Wartość energetyczna: 2621.53 kcal; Białko ogółem: 118.82 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 31.85 g; Węglowodany ogółem: 367.77 g; W tym cukry: 58.86 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 12.50 g;	Wartość energetyczna: 2218.22 kcal; Białko ogółem: 57.19 g; Tłuszcz: 56.75 g; Kw. tł. nasy.: 27.70 g; Węglowodany ogółem: 361.19 g; W tym cukry: 40.84 g; Błonnik pok.: 29.11 g; Sól: 9.18 g;	Wartość energetyczna: 2079.89 kcal; Białko ogółem: 109.34 g; Tłuszcz: 54.57 g; Kw. tł. nasy.: 28.44 g; Węglowodany ogółem: 302.81 g; W tym cukry: 61.86 g; Błonnik pok.: 23.82 g; Sól: 4.49 g;	Wartość energetyczna: 2453.23 kcal; Białko ogółem: 104.61 g; Tłuszcz: 74.30 g; Kw. tł. nasy.: 27.98 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; W tym cukry: 61.22 g; Błonnik pok.: 26.00 g; Sól: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 1964.74 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 61.35 g; Kw. tł. nasy.: 14.57 g; Węglowodany ogółem: 280.12 g; W tym cukry: 31.17 g; Błonnik pok.: 26.76 g; Sól: 10.35 g;	Wartość energetyczna: 1969.68 kcal; Białko ogółem: 85.63 g; Tłuszcz: 67.92 g; Kw. tł. nasy.: 25.38 g; Węglowodany ogółem: 268.04 g; W tym cukry: 41.94 g; Błonnik pok.: 28.58 g; Sól: 6.21 g;	Wartość energetyczna: 2593.56 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 85.69 g; Kw. tł. nasy.: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 363.48 g; W tym cukry: 60.02 g; Błonnik pok.: 39.86 g; Sól: 9.48 g;	Wartość energetyczna: 2178.21 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 51.16 g; Kw. tł. nasy.: 13.44 g; Węglowodany ogółem: 321.47 g; W tym cukry: 51.86 g; Błonnik pok.: 28.17 g; Sól: 6.49 g;	

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzuskowa
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 1 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g (GLU, PSZ, JAJ, SOJ, SEL, GOR.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.)	Ziemiacciasta *(bez glutenu) 300 ml (MLE, SEL.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Buraczki gotowane plasterki 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki jęczmienne na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Jajko gotowane kl M 2 szt (JAJ.) Papryka świeża 100 g Sałata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml (GLU, PSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Buraczki gotowane plasterki 100 g Cukier 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II/ŚN	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Łopatką zbojnicka wieprzowa wędzona 30 g (SOJ.)							
Obiad	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez soji) * 400 ml (MLE, SEL.) Kluski leniwe z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami * 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Miso wieprzowa mielona w sosie w/ 100 g (GLU, PSZ.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Szczynek gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez mleka) * 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Pulpet drobiowy 100 g (GLU, PSZ, JAJ.) Ryz na sypko 180 g Sos majerankowy * 80 ml (GLU, PSZ, SEL.) Szczynek gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz czerwony z ziemniakami (bez glutenu, mleka) 400 ml (SEL.) Pulpet drobiowy (bez glutenu) 100 g (JAJ.) Sos majerankowy * (bez glutenu) 80 ml (SEL.) Ryz na sypko 180 g Szczynek gotowany z olejem (bez glutenu)* 100 g (GLU, PSZ.) Surowka z marchwi i jabłka z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Barszcz ukraiński z ziemniakami* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Pulpet drobiowy z serem 300 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, może zawierać: SOJ, ORZ, GOR, SEZ.) Mus z jabłek () b/c 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiacciasta *(bez mleka) 400 ml (GLU, PSZ, SEL.) Margaryna gotowany 100 g Ryz na sypko 180 g Szczynek gotowany z olejem* 100 g (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD	Biszkopty 30 g (GLU, PSZ, JAJ, MLE, GLU, JECZ.)							
Kolejnia	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g	Bułka pszenna długa krojona 60 g (GLU, PSZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 50 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szywnoka Extra- wędzonka wieprzowa wędzona z wodą dodaną 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Twarożek 100 g (MLE.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Sałatka z ciecierzycy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Pomidor 100 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 110 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEL.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)		Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt		Jogurt typu islandzkiego naturalny Skyr 150g 1 szt (MLE.)	
	Wartość energetyczna: 2774.57 kcal; Białko ogółem: 119.05 g; Tłuszcz: 74.29 g; Kw. tł. nasy.: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 437.90 g; W tym cukry: 85.34 g; Błonnik pok.: 24.54 g; Sól: 8.54 g;	Wartość energetyczna: 2192.04 kcal; Białko ogółem: 68.39 g; Tłuszcz: 53.10 g; Kw. tł. nasy.: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 382.18 g; W tym cukry: 57.09 g; Błonnik pok.: 24.85 g; Sól: 5.86 g;	Wartość energetyczna: 2421.35 kcal; Białko ogółem: 100.29 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kw. tł. nasy.: 33.27 g; Węglowodany ogółem: 380.57 g; W tym cukry: 74.89 g; Błonnik pok.: 22.80 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2268.38 kcal; Białko ogółem: 115.89 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kw. tł. nasy.: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 312.56 g; W tym cukry: 65.99 g; Błonnik pok.: 24.68 g; Sól: 6.31 g;	Wartość energetyczna: 2055.65 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 59.65 g; Kw. tł. nasy.: 14.04 g; Węglowodany ogółem: 320.14 g; W tym cukry: 31.88 g; Błonnik pok.: 27.72 g; Sól: 7.60 g;	Wartość energetyczna: 2119.84 kcal; Białko ogółem: 93.76 g; Tłuszcz: 71.98 g; Kw. tł. nasy.: 25.60 g; Węglowodany ogółem: 290.00 g; W tym cukry: 40.30 g; Błonnik pok.: 27.82 g; Sól: 2.91 g;	Wartość energetyczna: 2585.77 kcal; Białko ogółem: 102.46 g; Tłuszcz: 73.44 g; Kw. tł. nasy.: 32.68 g; Węglowodany ogółem: 404.90 g; W tym cukry: 74.94 g; Błonnik pok.: 31.99 g; Sól: 7.98 g;	Wartość energetyczna: 2006.34 kcal; Białko ogółem: 117.85 g; Tłuszcz: 46.11 g; Kw. tł. nasy.: 10.54 g; Węglowodany ogółem: 299.41 g; W tym cukry: 34.04 g; Błonnik pok.: 26.84 g; Sól: 5.77 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa	
2026-04-08 Sobota	Śniadania	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Maso extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez glutenu) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ryż na mleku 300 ml ( <b>MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Pomarańcza 150 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Serek homo o smaku naturalnym z ziołami 100 g ( <b>MLE,</b> ) Jabłko pieczone 150 g Sałata zielona 10 g Cukier 5 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )							
2026-04-08 Sobota	Obiad	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Fizy ziemniaczane 300 g Sos koperkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 100 g Sos koperkowy *(bez soli) 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko (bez soli) 180 g ( <b>GLU JECZ,</b> ) Surówka z marchwi z olejem b/c (bez soli) 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* (bez soli) 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Mieso drobiowe mielone w sosie w 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE,</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE,</b> ) Kasza jęczmienna/sypko 180 g ( <b>GLU JECZ,</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Wielowarzywna z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Sos koperkowy *(bez glutenu) 80 ml ( <b>MLE,</b> ) Kasza gryczana 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Kaszotto wegetariańskie z tofu * 300 g ( <b>SOJ, SEL, GLU JECZ,</b> ) Sos koperkowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Surówka z marchwi i chrzanu b/c 100 g ( <b>MLE, SOJ,</b> ) Cukinia gotowana z pomidorami* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Kalafiorowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Dymia z wody 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
		Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynekowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 30 g							
2026-04-08 Sobota	Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <b>SOJ, MLE, może zawierać: GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR,</b> ) Brokoli gotowany* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Pomidor 100 g Mix sałat 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Paprykarz rybno (miruna)-warzywny* 100 g ( <b>RYB, SEL,</b> ) Ogórek kiszony 100 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany* 50 g Brokoli gotowany* 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 250 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
		Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt							
2026-04-08 Sobota	PN	Wartość energetyczna: 2485,03 kcal; Białko ogółem: 118,79 g; Tłuszcz: 63,00 g; Kw. tł. nasy.: 25,31 g; Węglowodany ogółem: 382,05 g; W tym cukry: 74,30 g; Błonnik pok.: 28,48 g; Sól: 7,65 g;	Wartość energetyczna: 2051,81 kcal; Białko ogółem: 54,31 g; Tłuszcz: 45,41 g; Kw. tł. nasy.: 18,56 g; Węglowodany ogółem: 371,75 g; W tym cukry: 56,54 g; Błonnik pok.: 24,66 g; Sól: 7,55 g;	Wartość energetyczna: 2166,03 kcal; Białko ogółem: 109,40 g; Tłuszcz: 56,23 g; Kw. tł. nasy.: 24,93 g; Węglowodany ogółem: 323,63 g; W tym cukry: 71,06 g; Błonnik pok.: 24,65 g; Sól: 4,71 g;	Wartość energetyczna: 2186,82 kcal; Białko ogółem: 98,42 g; Tłuszcz: 66,28 g; Kw. tł. nasy.: 25,73 g; Węglowodany ogółem: 312,26 g; W tym cukry: 71,42 g; Błonnik pok.: 21,36 g; Sól: 6,80 g;	Wartość energetyczna: 1972,68 kcal; Białko ogółem: 90,36 g; Tłuszcz: 43,00 g; Kw. tł. nasy.: 9,59 g; Węglowodany ogółem: 326,55 g; W tym cukry: 56,01 g; Błonnik pok.: 28,84 g; Sól: 6,21 g;	Wartość energetyczna: 2090,50 kcal; Białko ogółem: 85,43 g; Tłuszcz: 59,65 g; Kw. tł. nasy.: 20,44 g; Węglowodany ogółem: 319,82 g; W tym cukry: 62,01 g; Błonnik pok.: 31,08 g; Sól: 3,37 g;	Wartość energetyczna: 2206,79 kcal; Białko ogółem: 82,61 g; Tłuszcz: 62,08 g; Kw. tł. nasy.: 24,86 g; Węglowodany ogółem: 351,24 g; W tym cukry: 72,10 g; Błonnik pok.: 33,55 g; Sól: 7,65 g;	Wartość energetyczna: 2139,04 kcal; Białko ogółem: 120,70 g; Tłuszcz: 50,81 g; Kw. tł. nasy.: 13,73 g; Węglowodany ogółem: 315,36 g; W tym cukry: 45,08 g; Błonnik pok.: 24,97 g; Sól: 6,04 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobiona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
Smakowanie	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Kawa ziołowa z mlekkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Cukier 5 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 40 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kawa zbożowa z mlekkiem b/c 300 ml ( <b>MLE, GLU ŻYT, GLU JECZ,</b> ) Cukier 5 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa dębowa drobiowa kielbasa grubo rozdrobniona 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiaczana *(bez glutenu) 300 ml ( <b>MLE, SEL,</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Serek Fromage 100 g ( <b>GLU PSZ, MLE,</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Salata zielona 10 g Cukier 30 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
ILSN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )							
Chleb	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Makaron z warzywami i tofu 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Sos pomidorowy 80 ml ( <b>GLU PSZ,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez soli) 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron (bez soli) 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* (bez soli) 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* (bez soli) 100 g Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krem z zielonych warzyw 400 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <b>MLE,</b> ) Mięso wieprzowe mielone w sosie w/ 100 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Brokoli gotowany* 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Makaron 200 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Sos boloński z mięsa wieprz łop* 150 g ( <b>GLU PSZ, SEL,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Fasolka szparagowa z wody* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami *(bez glutenu, mleka) 400 ml ( <b>SEL,</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g ( <b>MLE,</b> ) Szynka wieprzowa gotowana 100 g Sos pomidorowy (bez glutenu) 80 ml Fasolka szparagowa z wody* 100 g Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Szpinakowa z ziemniakami * 400 ml ( <b>GLU PSZ, MLE, SEL,</b> ) Makaron z warzywami i tofu 300 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, SEL,</b> ) Bukiet warzyw gotowanych królewski* 100 g Surówka z rzodkwi białej i jabłka ( <b>100 g (MLE)</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ziemiaczana *(bez mleka) 400 ml ( <b>GLUPSZ, SEL,</b> ) Ziemniaki gotowane 180 g Schab gotowany 100 g Brokol gotowany * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Masło extra 82% 5 g ( <b>MLE,</b> ) Płat szynkowy - produkt wędzarny wędzony parzony z dodaną wodą 30 g ( <b>GLU PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR,</b> )							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta drobiowo-warzywna z udzca kurczaka* 50 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta drobiowo-warzywna z udzca kurczaka* 40 g ( <b>SEL,</b> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta z wędliny drobiowej 50 g ( <b>JAJ, SOJ, MLE, GOR, może zawierać: GLU PSZ, SEL,</b> ) Buraczki gotowane 100 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasta gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT,</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE,</b> ) Pasztet z fasoli* 100 g ( <b>JAJ,</b> ) Papryka świeża 100 g Salata zielona 10 g Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ,</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Salata zielona 10 g Buraczki gotowane 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <b>MLE,</b> )
PN	Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> )			Mus- przecier owocowy jabłko 100g (tubka) 1 szt			Ciasto drożdżowe 50 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE,</b> )	
	Wartość energetyczna: 2709.39 kcal; Białko ogółem: 112.06 g; Tłuszcz: 73.72 g; Kw. tł. nasy.: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 388.87 g; W tym cukry: 63.72 g; Błonnik pok.: 23.35 g; Sol: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 1961.34 kcal; Białko ogółem: 66.45 g; Tłuszcz: 44.03 g; Kw. tł. nasy.: 20.01 g; Węglowodany ogółem: 314.14 g; W tym cukry: 29.97 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sol: 6.37 g;	Wartość energetyczna: 2451.74 kcal; Białko ogółem: 112.64 g; Tłuszcz: 62.40 g; Kw. tł. nasy.: 29.48 g; Węglowodany ogółem: 346.80 g; W tym cukry: 69.32 g; Błonnik pok.: 20.79 g; Sol: 4.54 g;	Wartość energetyczna: 2207.40 kcal; Białko ogółem: 103.64 g; Tłuszcz: 76.13 g; Kw. tł. nasy.: 30.87 g; Węglowodany ogółem: 290.74 g; W tym cukry: 55.80 g; Błonnik pok.: 21.55 g; Sol: 8.39 g;	Wartość energetyczna: 1928.66 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 47.43 g; Kw. tł. nasy.: 12.57 g; Węglowodany ogółem: 309.54 g; W tym cukry: 36.84 g; Błonnik pok.: 22.13 g; Sol: 6.10 g;	Wartość energetyczna: 1861.82 kcal; Białko ogółem: 90.70 g; Tłuszcz: 52.71 g; Kw. tł. nasy.: 23.37 g; Węglowodany ogółem: 267.95 g; W tym cukry: 34.62 g; Błonnik pok.: 24.28 g; Sol: 2.93 g;	Wartość energetyczna: 2849.88 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 102.54 g; Kw. tł. nasy.: 55.39 g; Węglowodany ogółem: 375.10 g; W tym cukry: 61.93 g; Błonnik pok.: 30.35 g; Sol: 6.06 g;	Wartość energetyczna: 2273.85 kcal; Białko ogółem: 117.66 g; Tłuszcz: 47.39 g; Kw. tł. nasy.: 14.42 g; Węglowodany ogółem: 333.56 g; W tym cukry: 64.53 g; Błonnik pok.: 23.96 g; Sol: 6.12 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogospodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa	
2026-04-10 piątek	Sniadania	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 50 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy,drobiowy,średnio rozdrobniona,wędzona,parzona 50 g Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez glutenu) 300 ml ( <b>MLE, SEL.</b> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Zacierka na mleku 300ml ( <b>GLU PSZ, MLE</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Banan 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemniaczana *(bez mleka) 300 ml ( <b>GLUPSZ, SEL.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Twarożek 100 g ( <b>MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Cukier 30 g Herbata czarna granulowana b/c 300 ml
	II/ŚN	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )							
	Obiad	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <b>RYB, PSZ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez soli)* 400 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Knedle z truskawkami* 300 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g Warzywa po grecku* (bez soli) 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Miruna) (bez soli) 100 g ( <b>RYB.</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <b>RYB, PSZ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba pieczona (Miruna) 100g ( <b>RYB, PSZ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Surówka z kapusty pekińskiej z olejem 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB, PSZ</b> ) Sos ziołowy* (bez glutenu) 80 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Warzywa po grecku* (bez glutenu) 100 g ( <b>SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Krupnik jęczmienny z ziemniakami* 400 ml ( <b>MLE, SEL, GLU JECZ.</b> ) Ryba strażona (Miruna) 100 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, RYB.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Surówka z kapusty kiszzonej z olejem b/c 100 g Warzywa po grecku* 100 g ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryżowa (bez mleka)* 400 ml ( <b>SEL.</b> ) Ziemniaki z koperkiem gotowane 180 g Ryba pieczona (Miruna) 100 g ( <b>RYB, PSZ</b> ) Sos ziołowy* 80 ml ( <b>GLU PSZ, SEL.</b> ) Cukinia pieczona z olejem * 200 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
	PD	Biszkopty 30 g ( <b>GLU PSZ, JAJ, MLE, GLU JECZ.</b> )							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 50 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Jajko gotowane kl M 2 szt ( <b>JAJ</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <b>SEZ, może zawierać: ORZ.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Pomidor 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <b>GLUPSZ, GLU ŻYT.</b> ) Masło extra 82% 15 g ( <b>MLE</b> ) Pasta z jaj z koperkiem -dieta 100 g ( <b>JAJ, MLE</b> ) Ogórek kiszony 100 g Rukola 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <b>GLU PSZ</b> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <b>MLE</b> )	
PN	Sok pomidorowy 0,2L-100% tłoczony 1 szt							Sok owocowo-warzywny 0,2L kubek 1 szt	
	Wartość energetyczna: 2415.67 kcal; Białko ogółem: 110.97 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw. tł. nasy.: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 358.90 g; W tym cukry: 83.17 g; Błonnik pok.: 23.83 g; Sól: 8.30 g;	Wartość energetyczna: 2108.30 kcal; Białko ogółem: 46.11 g; Tłuszcz: 40.95 g; Kw. tł. nasy.: 20.72 g; Węglowodany ogółem: 408.75 g; W tym cukry: 73.61 g; Błonnik pok.: 16.96 g; Sól: 7.21 g;	Wartość energetyczna: 2254.24 kcal; Białko ogółem: 102.54 g; Tłuszcz: 67.21 g; Kw. tł. nasy.: 27.29 g; Węglowodany ogółem: 326.50 g; W tym cukry: 74.43 g; Błonnik pok.: 22.51 g; Sól: 6.30 g;	Wartość energetyczna: 2231.49 kcal; Białko ogółem: 104.41 g; Tłuszcz: 66.53 g; Kw. tł. nasy.: 27.31 g; Węglowodany ogółem: 319.56 g; W tym cukry: 73.10 g; Błonnik pok.: 23.14 g; Sól: 7.37 g;	Wartość energetyczna: 1952.57 kcal; Białko ogółem: 82.92 g; Tłuszcz: 51.76 g; Kw. tł. nasy.: 12.26 g; Węglowodany ogółem: 308.71 g; W tym cukry: 57.19 g; Błonnik pok.: 26.41 g; Sól: 8.78 g;	Wartość energetyczna: 2059.86 kcal; Białko ogółem: 78.62 g; Tłuszcz: 67.49 g; Kw. tł. nasy.: 23.70 g; Węglowodany ogółem: 299.19 g; W tym cukry: 61.76 g; Błonnik pok.: 25.90 g; Sól: 5.47 g;	Wartość energetyczna: 2353.44 kcal; Białko ogółem: 100.60 g; Tłuszcz: 76.74 g; Kw. tł. nasy.: 28.58 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; W tym cukry: 70.70 g; Błonnik pok.: 30.45 g; Sól: 10.42 g;	Wartość energetyczna: 2151.59 kcal; Białko ogółem: 97.40 g; Tłuszcz: 52.07 g; Kw. tł. nasy.: 12.60 g; Węglowodany ogółem: 336.15 g; W tym cukry: 92.86 g; Błonnik pok.: 21.75 g; Sól: 5.29 g;	

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogospodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa
Sniadanie	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU, PSZ, SOJ.</u> <u>może zawierać: MLE, SEL., GOR.</u> ) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Kiełbasa Zielonogórska-wp, grubo rozdrobniona, wędzona, parzona w osłonce niejadalnej 50 g ( <u>GLU, PSZ, SOJ.</u> <u>może zawierać: MLE, SEL., GOR.</u> ) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <u>SOJ.</u> <u>może zawierać: GLU, PSZ, JAJ, MLE, SEL., GOR.</u> ) Jabłko pieczone 150 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Szynka Piaśtowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jaglana na mleku 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ.</u> <u>może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Płatki owsiane na mleku 300 ml ( <u>MLE, GLU, OW.</u> ) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Chleb razowy żytnio-pszenny 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Ser żółty 50 g ( <u>MLE.</u> ) Pomidor 100 g Salata lodowa 10 g Kakao z mlekiem b/c 300 ml ( <u>MLE.</u> ) Cukier 5 g	Ziemiacczana *(bez mleka) 300 ml ( <u>GLUPSZ, SEL.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Schab gotowany 50 g Jabłko pieczone 150 g Cukier 5 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
II ŚN	Jogurt naturalny 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )							
Obiad	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Sos jarzynowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Risotto węglańskie 300 g ( <u>SEL., SEL.</u> ) Sos jarzynowy* 100 ml ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez soli)* 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa I (bez soli) 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko (bez soli) 180 g Buraczki gotowane (bez soli) 100 g Brokol gotowany (bez soli)* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Mięso drobiowe mielone w sosie w 100 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Ziemniaki gotowane puree 180 g ( <u>MLE.</u> ) Buraczki gotowane 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Potrawka drobiowa 180 g ( <u>GLU, PSZ, SEL.</u> ) Ryz na sypko z kurkumą 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez glutenu, mleka)* 400 ml ( <u>SEL.</u> ) Potrawka drobiowa z warzywami (bez glutenu)* 180 g ( <u>SEL.</u> ) Ryz na sypko z kurkumą 180 g Buraczki gotowane 100 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ogórkowa z ziemniakami * 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Gulasz sojowy z warzywami * 150 g ( <u>SOJ, SEL.</u> ) Ryz na sypko z kurkumą 180 g Surówka z marchwi z olejem b/c 100 g Buraczki gotowane 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Koperkowa z ziemniakami (bez mleka)* 400 ml ( <u>GLU, PSZ, MLE, SEL.</u> ) Filet z kurczaka gotowany 100 g Ziemniaki gotowane 180 g Buraczki gotowane 100 g Brokol gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml
PD	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Szynkowa dębowa drobiowa kiełbasa grubo rozdrobniona 30 g							
Kolacja	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab Pieczony wieprzowy, parzony, pieczony z wodą dodaną 40 g ( <u>SOJ.</u> ) Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Salata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab gotowany (bez soli) 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Pasta z wędliny wieprzowej 50 g ( <u>SOJ.</u> ) Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g ( <u>SEZ.</u> <u>może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Schab gotowany 50 g Pomidor 100 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Bułka pszenna długa krojona 50 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Masło extra 82% 15 g ( <u>MLE.</u> ) Salatka z soczewicy, pomidora i ogórka kiszzonego 150 g Salata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa z cytryną b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g ( <u>GLU, PSZ.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 15 g Filet z kurczaka gotowany 50 g Marchew gotowana z olejem* 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml
PN		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )			Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g ( <u>GLUPSZ, GLU, ŻYT.</u> ) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw.80% tł 5 g Szynkowa z indyka-produkt blokowy, drobiowy, średnio rozdrobniona, wędzona, parzona 30 g Salata zielona 5 g	Chleb bezglutenowy 50 g ( <u>SEZ.</u> <u>może zawierać: ORZ.</u> ) Masło extra 82% 5 g ( <u>MLE.</u> ) Schab gotowany 30 g Salata zielona 5 g		Kefir 2.0% tł 150g 1 szt ( <u>MLE.</u> )
	Wartość energetyczna: 2408.60 kcal; Białko ogółem: 104.98 g; Tłuszcz: 68.59 g; Kw. tł. nasy.: 32.09 g; Węglowodany ogółem: 362.63 g; W tym cukry: 63.53 g; Błonnik pok.: 27.03 g; Sol: 9.57 g;	Wartość energetyczna: 1827.57 kcal; Białko ogółem: 55.87 g; Tłuszcz: 49.95 g; Kw. tł. nasy.: 19.50 g; Węglowodany ogółem: 308.66 g; W tym cukry: 35.84 g; Błonnik pok.: 28.50 g; Sol: 7.53 g;	Wartość energetyczna: 2041.20 kcal; Białko ogółem: 104.39 g; Tłuszcz: 54.65 g; Kw. tł. nasy.: 24.28 g; Węglowodany ogółem: 300.78 g; W tym cukry: 40.80 g; Błonnik pok.: 23.26 g; Sol: 4.23 g;	Wartość energetyczna: 2092.00 kcal; Białko ogółem: 92.24 g; Tłuszcz: 64.74 g; Kw. tł. nasy.: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 301.51 g; W tym cukry: 53.94 g; Błonnik pok.: 23.56 g; Sol: 7.74 g;	Wartość energetyczna: 1977.98 kcal; Białko ogółem: 80.53 g; Tłuszcz: 47.77 g; Kw. tł. nasy.: 12.49 g; Węglowodany ogółem: 329.00 g; W tym cukry: 33.13 g; Błonnik pok.: 28.22 g; Sol: 9.32 g;	Wartość energetyczna: 2096.13 kcal; Białko ogółem: 87.60 g; Tłuszcz: 64.05 g; Kw. tł. nasy.: 26.58 g; Węglowodany ogółem: 308.36 g; W tym cukry: 42.48 g; Błonnik pok.: 28.00 g; Sol: 2.38 g;	Wartość energetyczna: 2329.84 kcal; Białko ogółem: 98.59 g; Tłuszcz: 72.60 g; Kw. tł. nasy.: 34.92 g; Węglowodany ogółem: 348.53 g; W tym cukry: 53.45 g; Błonnik pok.: 36.50 g; Sol: 6.12 g;	Wartość energetyczna: 1874.27 kcal; Białko ogółem: 104.74 g; Tłuszcz: 40.71 g; Kw. tł. nasy.: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 289.78 g; W tym cukry: 41.56 g; Błonnik pok.: 25.35 g; Sol: 5.32 g;

	W-wa- GRO 9 Bogatobiałkowa	W-wa- GRO 10 Niskobiałkowa	W-wa- GRO Ubogosodowa	W-wa- GRO Rozdrobniona/ Mielona	W-wa- GRO ML Bezmielczna	W-wa- GRO GL Bezglutenowa	W-wa- GRO WE Wegetariańska	W-wa- GRO Trzustkowa				
2026-04-12 niedziela	Sniadania	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szczykowy - produkt wstępny wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Lopalka zbojnicka wiewrzowa wędzona 50 g (SOJ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szczykowy - produkt wstępny wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szczykowy - produkt wstępny wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza manna na mleku 300 ml (GLU, PSZ, MLE.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wiewrzowa 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (MLE.) Kurzczak z Bobrownik produkt blokowy drobno grubo rozdrobniony, parzony w osłonce niejadalnej 50 g (GLU, PSZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE.) Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Pasta z wędliny wiewrzowa 50 g (GLU, PSZ.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (MLE, GLU, JECZ.) Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLUPSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Płat szczykowy - produkt wstępny wędzony parzony z dodaną wodą 40 g (GLU, PSZ, SOJ, MLE, może zawierać: JAJ, SEL, GOR.) Pomidor 100 g Sałata zielona 10 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml Cukier 5 g	Ziemiacciasta *(bez mleka) 300 ml (GLUPSZ, SEL.) Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany * 100 g Cukinia pieczona z olejem * 100 g Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml			
		Obiad	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g			Zupa krem z pomidorów + 400 g (SOJ, SEL.) Ziemniaki gotowane puree 180 g (MLE.) Mieso wiewrzowe mielone w sosie w 100 g (GLU, PSZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEZ.) Brokół gotowany* 100 g Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez mleka)* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Kluski śląskie* 180 g (JAJ.) Szparaga wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką (bez soli)* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Sos pieczeniowy b/soli* 80 ml (GLU, PSZ.) Ziemniaki gotowane (bez soli) 180 g (MLE.) Schab gotowany (bez soli) 100 g (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody (bez soli)* 100 g (SEZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem (bez soli)* 100 g (SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z ryżem (bez mleka)* 400 ml (SEZ.) Ziemniaki gotowane 180 g (MLE.) Schab gotowany 100 g (GLU, PSZ.) Sos pieczeniowy (bez glutenu) 80 ml (GLU, PSZ.) Fasolka szparagowa z wody* 100 g (SEZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Pomidorowa z zacierką* 400 ml (GLU, PSZ, MLE, SEL.) Knedle z truskawkami* 300 g (GLU, PSZ.) Sos jogurtowy naturalny 80 g (MLE.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	Ryż na wywarze jarzynowym 400 ml (SEZ.) Ziemniaki gotowane 180 g (MLE.) Szparaga wiewrzowina (szynka wp) 100 g (GLU, PSZ.) Brokół gotowany 100 g (SEZ.) Bukiet jarzyn gotowany z olejem* 100 g (SEZ.) Kompot owocowy z jabłkami* b/c 300 ml	
			Kolacja	Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (MLE.)								
				Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb mieszany pszenno-żytni 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (MLE.) Szynka Piastowska- wp., wędzona, parzona z dod. b.sojowego i wody 50 g (SOJ.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb bezglutenowy 110 g (SEZ, może zawierać: ORZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Chleb razowy żytnio-pszenny 60 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Bułka pszenna długa krojona 50 g (GLU, PSZ.) Masło extra 82% 15 g (MLE.) Serek homo. naturalny 100 g (MLE.) Jabłko 150 g (MLE.) Sałata zielona 10 g Herbata ekspresowa owocowa Cateringowa b/c 300 ml	Bułka pszenna długa krojona 110 g (GLU, PSZ.) Margaryna roślinna bez mleczna o zaw. 80% tł 15 g (MLE.) Schab gotowany 50 g (MLE.) Jabłko pieczone 150 g (MLE.) Herbata czarna ekspresowa b/c 300 ml	
				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt	Chleb mieszany pszenno-żytni 50 g (GLU, PSZ, GLU, ŻYT.) Masło extra 82% 5 g (MLE.) Filet z kurczaka gotowany 30 g				Mus owocowo-warzywny 100g-produkt pasteryzowany 1 szt			
				PN	Wartość energetyczna: 2528.05 kcal; Białko ogółem: 115.13 g; Tłuszcz: 79.29 g; Kw. tł. nasy: 32.77 g; Węglowodany ogółem: 358.13 g; W tym cukry: 52.94 g; Błonnik pok.: 27.31 g; Sól: 7.48 g;	Wartość energetyczna: 1916.62 kcal; Białko ogółem: 58.01 g; Tłuszcz: 44.99 g; Kw. tł. nasy: 22.80 g; Węglowodany ogółem: 339.80 g; W tym cukry: 35.58 g; Błonnik pok.: 14.94 g; Sól: 6.27 g;	Wartość energetyczna: 2003.38 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 49.39 g; Kw. tł. nasy: 23.80 g; Węglowodany ogółem: 299.19 g; W tym cukry: 51.89 g; Błonnik pok.: 26.03 g; Sól: 3.90 g;	Wartość energetyczna: 2157.33 kcal; Białko ogółem: 96.36 g; Tłuszcz: 73.24 g; Kw. tł. nasy: 27.40 g; Węglowodany ogółem: 295.06 g; W tym cukry: 61.97 g; Błonnik pok.: 27.44 g; Sól: 7.97 g;	Wartość energetyczna: 2098.39 kcal; Białko ogółem: 88.95 g; Tłuszcz: 62.53 g; Kw. tł. nasy: 17.32 g; Węglowodany ogółem: 313.90 g; W tym cukry: 40.83 g; Błonnik pok.: 26.85 g; Sól: 7.30 g;	Wartość energetyczna: 1939.45 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 55.66 g; Kw. tł. nasy: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 284.16 g; W tym cukry: 48.58 g; Błonnik pok.: 28.15 g; Sól: 2.54 g;	Wartość energetyczna: 2203.24 kcal; Białko ogółem: 62.40 g; Tłuszcz: 67.02 g; Kw. tł. nasy: 23.29 g; Węglowodany ogółem: 362.74 g; W tym cukry: 49.15 g; Błonnik pok.: 22.28 g; Sól: 6.01 g;	Wartość energetyczna: 2003.64 kcal; Białko ogółem: 100.25 g; Tłuszcz: 56.52 g; Kw. tł. nasy: 13.31 g; Węglowodany ogółem: 290.33 g; W tym cukry: 36.25 g; Błonnik pok.: 25.08 g; Sól: 4.97 g;

### **Oznaczenia alergenów:**

GLU PSZ - Zboża zawierające gluten pszenicy,  
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,  
S02 - 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,  
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,